

# BENVENUTA primavera!

**SABATO  
1 APRILE**

**ORE 10-13  
PIAZZA DUOMO,  
ANGOLO VIA TRIESTE**

# Punto Bici per andare a tavola!

**L'incontro con l'esperto: come fare il pieno di energia**  
Il dott. Sergio Palini racconterà le basi di una dieta per sentirsi bene.

**Inizio incontro ore 11:00**

**Book speed dating, trova il libro giusto per te!**

Per approfondire i temi trattati durante l'incontro, spiegaci cosa ti interessa di più e ti consiglieremo il libro che fa per te.

**Una barretta oggi e una ricetta domani**

Dopo l'incontro, offriremo una barretta energetica e vi lasceremo la ricetta... da provare a casa!

**A disposizione un punto Bici Check**



 [bici.brescia](https://www.instagram.com/bici.brescia)

 [BiciBrescia](https://www.facebook.com/BiciBrescia)

 [bicibrescia@comune.brescia.it](mailto:bicibrescia@comune.brescia.it)

