

## Percorsovita: Allenamento all'aria fresca

Nei boschi svizzeri ci sono circa 500 Zurich percorsovita. Un'attività ideale da eseguire insieme a tutta la famiglia. I percorsi sono distribuiti in tutte le regioni linguistiche e sono aperti 24h/24h.



Prevenzione della salute, occasione di esperienze per tutta la famiglia e a contatto con la natura, promozione dello sport per tutti – il concetto di Zurich percorsovita continua a essere valido. Lungo un percorso che si snoda in mezzo al bosco gli sportivi superano quindici stazioni con una scelta complessiva di 43 esercizi.

### Il più bello stadio del mondo

Ogni percorso è misurato per lunghezza, dislivello e chilometro sforzo. Il cartello finale informa sul consumo di calorie e sul grado di resistenza. Oltretutto il percorso può diventare anche un'esperienza personalissima poiché percorrendolo si può conversare, ridere e a volte anche flirtare. I percorsi si trovano nel più bello stadio del mondo – in mezzo alla natura. Ognuno può recarvisi gratis in ogni momento, solo o in compagnia.

- [Trova percorso vita](#)
- [Esercizi](#)

---

Fonte: [ZURICH Percorsovita](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**