

La Gran Fondo del Capitano triplica la passione sportiva a Bagno di Romagna

Sport - 01 giugno 2019 - 10:01



La Gran Fondo del Capitano festeggia la decima edizione omaggiando il Casentino con tre giornate multisport. Il 7, l'8 e 9 giugno Bagno di Romagna sarà il cuore pulsante del wellness casentino che attraverserà anche Verghereto fino a Selvapiana ([il tracciato è stato modificato](#) nei giorni scorsi). Tre aree tematiche caratterizzeranno il centro cittadino nel lungo weekend: area Bambini e area Benessere nei Giardini di Via Lungosavio e area Expo in Piazza Ricasoli.

Fitness, solidarietà, spettacolo, nutrizione, competizione, escursionismo sono solo alcuni dei temi che caratterizzeranno il susseguirsi di iniziative adatte a tutti, che partiranno dal pomeriggio di venerdì e proseguiranno per tutta la giornata di sabato, fino a metà pomeriggio di domenica.

Non solo ruote da strada, ma anche le ruote tassellate delle e-bike saranno protagoniste del fine settimana. Venerdì e Sabato si potrà prenotare le bici a pedalata assistita per partecipare a escursioni guidate sui bellissimi tracciati sterrati che attraversano i boschi del Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi. Per chi preferisce ritmi più lenti potrà scegliere di prendere parte alle passeggiate di trekking organizzate, per gustarsi la rigogliosa foresta, i profumi del sottobosco e avvistare i bellissimi animali che popolano il bosco.

Tra le novità di quest'anno la prima edizione del "Duro Trail", dedicata ai runner che amano la full immersion nella natura. La gara, a cura di Body Art Village, ACS Forlì-Cesena e ASD Gran Fondo del Capitano, prevede un percorso da 20 Km e uno da 10 Km. Il ritrovo è fissato alle ore 15.00 di Sabato in Piazza Ricasoli, il via sarà dato alle ore 16.30 e il tempo massimo per completare il tragitto è di 3 ore.

Benessere e beneficenza vanno di pari passo alla prima edizione della "Camminata per lo Ior", una passeggiata di 5 Km lungo la pista ciclabile che collega Bagno di Romagna a San Piero in Bagno, alla portata di tutti che permetterà di devolvere il ricavato dell'offerta libera alla ricerca contro i tumori.

Workshop di yoga e pilates, ma anche conferenze su salute e nutrizione si svolgeranno sia venerdì che sabato nel parco dei Giardini di via Lungosavio.

Si consiglia di prenotare il proprio posto alle attività chiamando il 333 6900330.

Spazio anche alla bellezza con la tappa di selezione di Miss Mondo che si svolgerà sabato alle ore 17.30 in piazza Ricasoli.