

Correre fa bene: ecco il calendario podistico di Rimini per unire salute e divertimento

Sport - 13 aprile 2017 - 11:47



Pronto il “pacchetto completo per stare bene” che comprende tre concetti chiave: salute, sicurezza e beneficenza, ma anche sport, movimento, sano agonismo, prevenzione, aggregazione e cultura.

Un “tutto compreso” per la salute per chi corre o cammina già, ma soprattutto per chi si vuole avvicinare al movimento fisico che, secondo i medici, è un autentico salvavita a costo, impatto e danni collaterali zero.

Che si corra o si cammini, lo si farà, in sicurezza, soprattutto per le donne, con la garanzia e la presenza dagli amici de La Pedivella, ma ancora di più si avrà l'immensa soddisfazione di fare tutto ciò aiutando chi sta un po' peggio di noi, con un po' di beneficenza. Un calendario podistico davvero innovativo, nei contenuti e negli orari per superare il concetto delle solite corsette della domenica mattina, tutte uguali. Infatti, in accordo con vari enti e associazioni, si correrà e camminerà anche all'alba, al tramonto, di notte, in spiaggia, su strade cittadine, piste ciclabili, per le feste di quartiere e rievocazioni storiche, ci saranno poi, passeggiate culturali, momenti conviviali, incontri con esperti e... ogni momento sarà quello giusto per trovarsi a fare qualcosa di utile e salutare. Tante altre novità attendono vecchi e nuovi sportivi:

La Ncp2 'La formula della salute' = Nordica - Cammina - Corri - Passeggia - Pedala, scoperta da noi;

La Patente a punti dello sportivo rilasciata a chi parteciperà agli eventi, che regalerà premi e benessere.

Il Personal Sport Check-up con esami mirati sulla salute e tanti consigli sulla rotta da seguire per star bene;

I Corsi di Difesa personale, rivolti alle donne e la possibilità di conoscere e contattare enti e associazioni che le aiutano e le difendono.

Questo il calendario provvisorio delle manifestazioni in programma a queste se ne potranno aggiungere altre:

17 aprile **Somarlungo** organizzata Zeinta di Borg Camminata rievocativa diurna dal mare alle Grazie, 10 giugno **Rimini-Pennabilli Medici** e **Csi Rimini** Cicloturistica e camminata culturale diurna a Pennabilli, 10 giugno **Rimini Park Night** organizzata CSI Rimini Camminata/corsa notturna parco Marecchia, 18 giugno **Rimini Park Day** organizzata **Ail/Csi** Camminata/corsa mattutina parco Marecchia, 15 luglio Rimini **RunRise** organizzata da Rimini for Mutoko Camminata/corsa all'alba Bagno 34, 4 agosto **Palio dell'Assunta** organizzato dal CSI Camminata/corsa al tramonto dal Porto alle Grazie, 22 agosto **1^ Conosci Rimini** organizzata Csi – Meeting Camminata culturale serale dall'Arco d'Augusto 23 agosto **Corri meeting** organizzata Csi - Meeting Camminata/corsa pomeridiana Fiera di Rimini 24 agosto **2^ Conosci Rimini** organizzata Csi – Meeting Camminata culturale serale dall'Arco d'Augusto, 1 settembre **Rimini Beach Night** organiz. CSI Rompi il Silenzio Camminata/corsa notturna da Marina Centro