

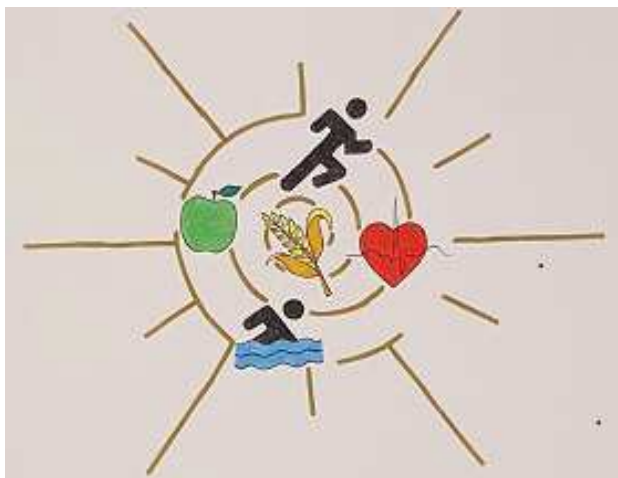


**CON IL CONTRIBUTO DELLA CITTA' DI CHIVASSO**

***GLI STATI GENERALI DELLO SPORT E DEL BENESSERE***

***“LA STAGIONE DEL BENESSERE 5ª Edizione***

**DAL 23 MAGGIO AL 5 GIUGNO 2022**



# **PROGRAMMA**

**DA LUNEDÌ 23 MAGGIO A VENERDÌ 3 GIUGNO**

## **GRUPPI DI CAMMINO CON F.A.N.D**

- Lunedì dalle 9.00 alle 10.00 ritrovo da Piazza C.A. dalla Chiesa
- Martedì dalle 17.30 alle 18.30 ritrovo da Piazza C. Noe'
- Giovedì dalle 17.30 alle 18.30 ritrovo dal Parco Mauriziano
- Venerdì dalle 9.00 alle 10.00 ritrovo dalla Chiesa dei Cappuccini

**ATTIVITÀ TOTALMENTE GRATUITE E APERTE A TUTTI I CITTADINI PREVIA COMPILAZIONE DI UN MODULO DI ADESIONE**

**NELLE GIORNATE DI LUNEDÌ E GIOVEDÌ DALLE 18.30 ALLE 19.30 CON F.A.N.D.**

**ATTIVITÀ LUDICO MOTORIA IN PALESTRA CON ISTRUTTORI TITOLATI presso la palestra sita nella scuola elementare Marconi di viale Matteotti.**

**INGRESSO GRATUITO NELLE GIORNATE RIENTRANTI NELLA STAGIONE DEL BENESSERE PREVIA REGISTRAZIONE E COMPILAZIONE DEI MODULI NECESSARI**

## **F.A.N.D. CHIVASSO INCONTRA LE SCUOLE**

**ATTIVITÀ IN COLLABORAZIONE CON I DOCENTI DEL PLESSO SCOLASTICO "DEMETRIO COSOLA" INCONTRO CON GLI ALUNNI DELLE SECONDE CLASSI, PER PROMUOVERE IL VALORE DELLA BUONA ALIMENTAZIONE E L'ATTIVITÀ FISICA.**

**Giovedì 26 maggio PARTE TEORICA EFFETTUATA NELLE CLASSI**

**Martedì 31 maggio USCITA DI GRUPPO PERCORRENDO I PERCORSI GIÀ CERTIFICATI DAI WALKING LEADER**

**DOMENICA 29 MAGGIO - 10<sup>a</sup> CAMMINATA SALUTISTICA CON F.A.N.D. "DA PARCO A PARCO"**

**Ore 08.30 ritrovo presso Piazza Della Repubblica (Duomo) e registrazione dei partecipanti.**

**Ore 09.30 Partenza gruppo.**

**Per chi lo desidera autocontrollo della glicemia.**

**UNA CAMMINATA SALUTISTICA DIVISA IN 2 PERCORSI: VERDE 6KM E ROSSO 12KM.**

**A PARTECIPAZIONE GRATUITA PREVIA COMPILAZIONE DI RELATIVO MODULO DI ADESIONE E NORME ANTICOID19. Iscrizione presso:**

**[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdNCXcEwpDTHF4b43MTZxN14-WhP\\_zarYx\\_9vFTtFx2D82PA/viewform?usp=pp\\_url](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdNCXcEwpDTHF4b43MTZxN14-WhP_zarYx_9vFTtFx2D82PA/viewform?usp=pp_url)**

**LA CAMMINATA NON AGONISTICA, HA LO SCOPO DI FARE CAPIRE ALLE PERSONE CHE L'ATTIVITÀ FISICA NON AGONISTICA, COME LA CAMMINATA, AIUTA IL FISICO E LA MENTE A STARE MEGLIO.**

**SPORT INTEGRATO:**

**DOMENICA 29 MAGGIO – TORNEO DI CALCIOBALILLA INTEGRATO  
CON ASD HOPE RUNNING**

**Dalle 10.00 presso la sede operativa HOPE RUNNING di Corso Galileo Ferraris, 60**

**STRUMENTO FORMATIVO CHE ATTRAVERSO L'INTERAZIONE ED IL CONFRONTO, FAVORISCE  
L'INCLUSIONE SOCIALE, LA COESIONE ED IL DIALOGO TRA GLI INDIVIDUI.  
L'EVENTO CHE E' RIVOLTO A TUTTE LE FASCE DI ETA' SI ADATTA PERFETTAMENTE ANCHE  
ALLE PERSONE PIU' SEDENTARIE E LA SOCIALIZZAZIONE.**

**MERCOLEDI' 1° GIUGNO – “LA PREVENZIONE COMINCIA A SCUOLA  
DI... CUCINA” A CURA DI LILT – Lega Italiana Lotta contro i Tumori**

**Ore 18.00 presso Istituto alberghiero UBERTINI di Chivasso**

**INCONTRO CON UNO O PIU' MEDICI SUL TEMA “ALIMENTAZIONE E IPERTENSIONE” /  
“ALIMENTAZIONE E CARDIOPATIE”.**

- **DIALOGO TRA DOTT.SSA TUBINO E LA DOCENTE DI SCIENZE DELL'ALIMENTAZIONE  
DELL'ISTITUTO UBERTINI, SUL TEMA: "IMPARIAMO A NUTRIRE IL NOSTRO CORPO";**
- **DIMOSTRAZIONE PRATICA DI COME CUCINARE IN MODO GUSTOSO E SANO: RICETTE  
LIVE “E ADESSO SI CUCINA” CONSIGLI SULLA CUCINASEMPlice E SALUTARE DEL PROF.  
BUSSETTI.**

**DOMENICA 5 GIUGNO – SECONDA CAMMINATA DI PRIMAVERA  
TELETHON – A CURA DI UILDM**

**Ore 9.00 ritrovo presso Piazza Della Repubblica fronte Duomo**

**Ore 10.00 partenza per un percorso di Km. 6.5**

**NON È COMPETITIVA ED È APERTA A TUTTI. IL PERCORSO È ADATTO A PERSONE IN  
CARROZZINA E FAMIGLIE CON PASSEGGINO. LA PARTENZA AVVERRÀ PER GRUPPI (FAMILIARI  
O AMICI) DISTANZIATI, NEL PIENO RISPETTO DELLE NORMATIVE PANDEMICHE.**

**LA QUOTA DI ISCRIZIONE (INTERAMENTE DEVOLUTA A TELETHON) AMMONTA A 15 EURO ED È  
COMPENSIVA DI ZAINETTO CONTENENTE UNA CONFEZIONE DI PREGIATI BISCOTTI  
GRONDONA, ALTRI GADGET (CHE CI VERRANNO DONATI DALLE IMPRESE LOCALI E NON) ED  
UN BUONO PER UN PIATTO DI PANISSA (CHE VERRÀ DISTRIBUITA ALL'ARRIVO, AL PARCO DEL  
BRICEL).**

**LE ISCRIZIONI ED IL RITIRO DEL PACCO GARA AVVERRANNO PREVENTIVAMENTE IN CINQUE  
NEGOZI CHIVASSESI: PASTICCERIA BONFANTE DI VIA TORINO 29; SCAPECCHI SPORT DI VIA DEL  
COLLEGIO 7/D; MERCERIA ANNA DI VIA TORINO 38; OGGETTO LUCE DI VIA TEODORO II 8 ED  
EDICOLA TABACCHERIA CRISTINA CERATO DI PIAZZA ASSUNTA 17 A CASTELROSSO.**

**Per ulteriori informazioni: [www.comune.chivasso.to.it](http://www.comune.chivasso.to.it)**