



Conferenza Stampa

per la firma dell'accordo di programma tra ANCI e FIDAL

Giovedì 28 Maggio 2015

Sala della Presidenza di ANCI

**cities
changing
diabetes**







Conferenza Stampa

per la firma dell'accordo di programma tra ANCI e FIDAL

Giovedì 28 Maggio 2015

Sala della Presidenza di ANCI

**cities
changing
diabetes**





Progetto Parchi 
FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA



changing
diabetes®



ang



VISION

Correre fa bene

e il modo migliore di vivere la corsa è praticarla tra la natura,
nei parchi, in riva al mare, lungo i sentieri di campagna, nel verde di un bosco,
lontano dai rumori e dall'inquinamento dei centri urbani.





MISSION

Il progetto ha tra gli obiettivi quello di valorizzare le aree verdi con interventi di arredo urbano, incoraggiando la pratica sportiva con lo scopo di promuovere la salute.

La corsa è tra tutte le attività fisiche la più semplice, la più economica e la più facile da mettere in pratica.

OBIETTIVI

Accrescere il valore dello sport come benessere, salute, autostima e inclusione sociale.

Ridurre i rischi per la salute che comporta uno stile di vita poco orientato al benessere fisico (patologie cardiovascolari, obesità, ipertensione, diabete e ipercolesterolemia).

Valorizzare i parchi pubblici.

Creare circuiti permanenti nei parchi più importanti d'Italia.

Fare attività di gruppo e favorire lo sport a Km zero.

Educare ed ispirare i giovani con un modello di vita sportiva.

300 m

ALIMENTAZIONE, SPORT E AMBIENTE

SI CORRE MEGLIO SE IL PERCORSO È INTELLIGENTE

300 m

ALIMENTAZIONE, SPORT E AMBIENTE

IN OGNI PARCO

I percorsi avranno uno sviluppo minimo di 400 metri (massimo 2000m) per richiamare idealmente la lunghezza standard di una pista di Atletica.

In conformità con le autorizzazioni della locale Amministrazione Comunale saranno installate, in collaborazione con FIDAL SERVIZI, delle paline distanziometriche e delle apposite bacheche.

Le bacheche conterranno informazioni generali e la piantina del percorso.

Le paline saranno disposte ogni 100 metri e riporteranno una tabella con alcuni consigli di natura tecnica e sul benessere fisico. Avere un riferimento ogni 100 metri consente facilmente di misurare la lunghezza del passo, variare l'andatura, contare le pulsazioni, effettuare esercizi ginnici, darsi appuntamento e condividere con gli altri l'allenamento.



PER LE SCUOLE

Laddove possibile, saranno creati appositi percorsi in prossimità di istituti scolastici a supporto delle attività di educazione fisica e come spazio utile anche per lo svolgimento di manifestazioni sportive come le corse campestri.



Conferenza Stampa

per la firma dell'accordo di programma tra ANCI e FIDAL

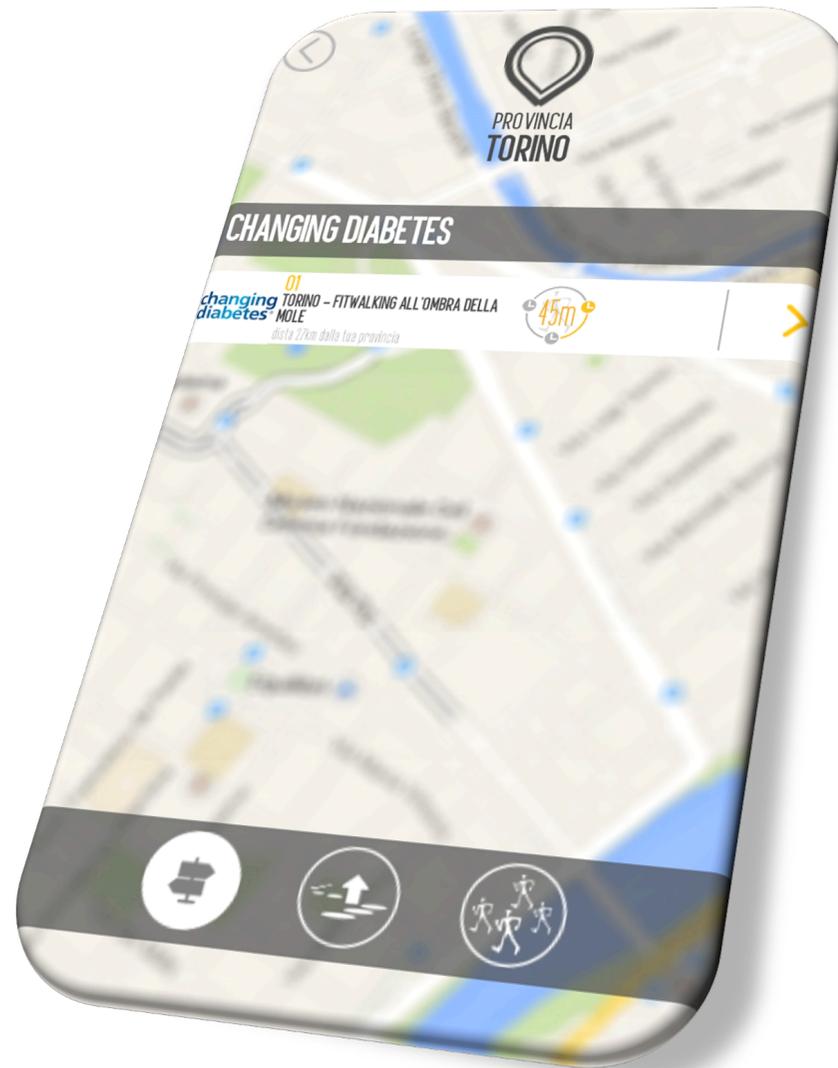
Giovedì 28 Maggio 2015

Sala della Presidenza di ANCI

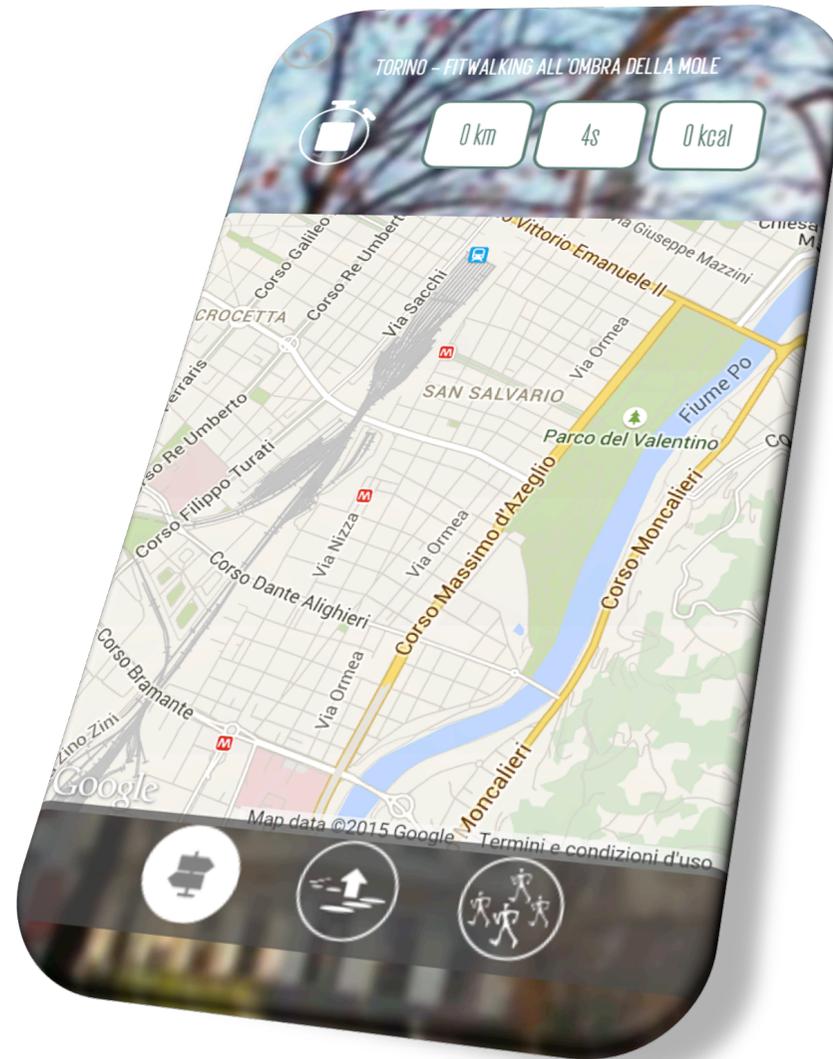
**cities
changing
diabetes**

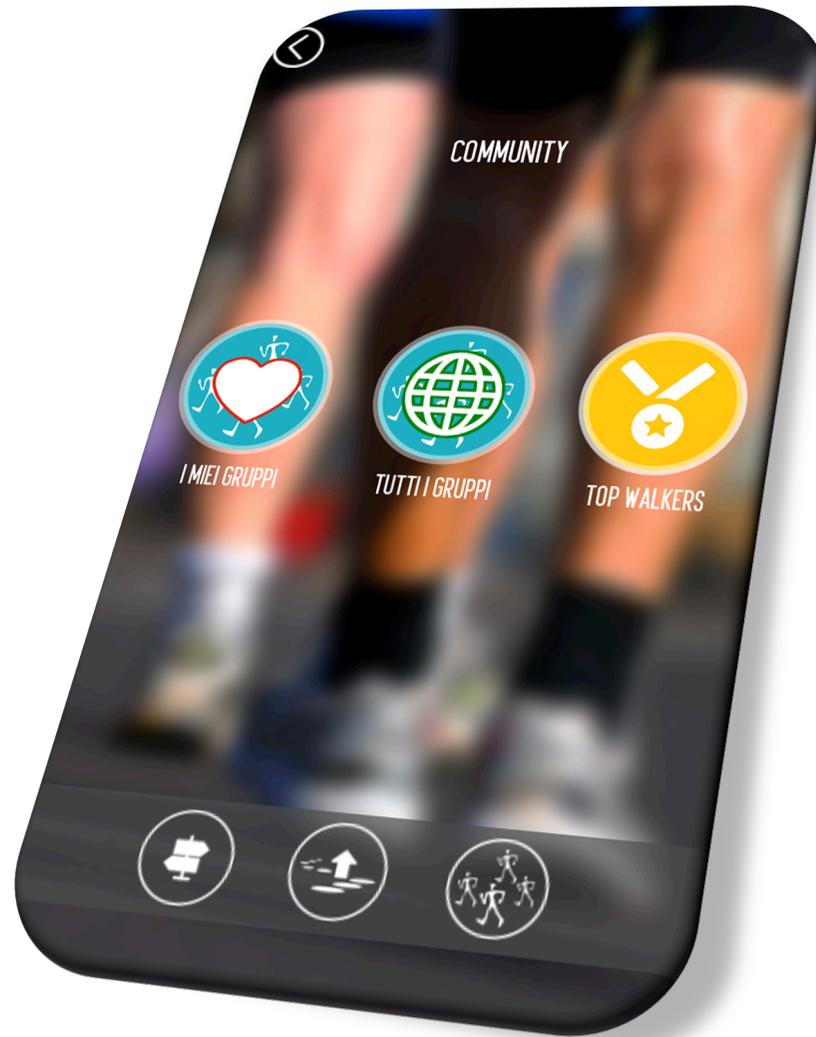














Conferenza Stampa

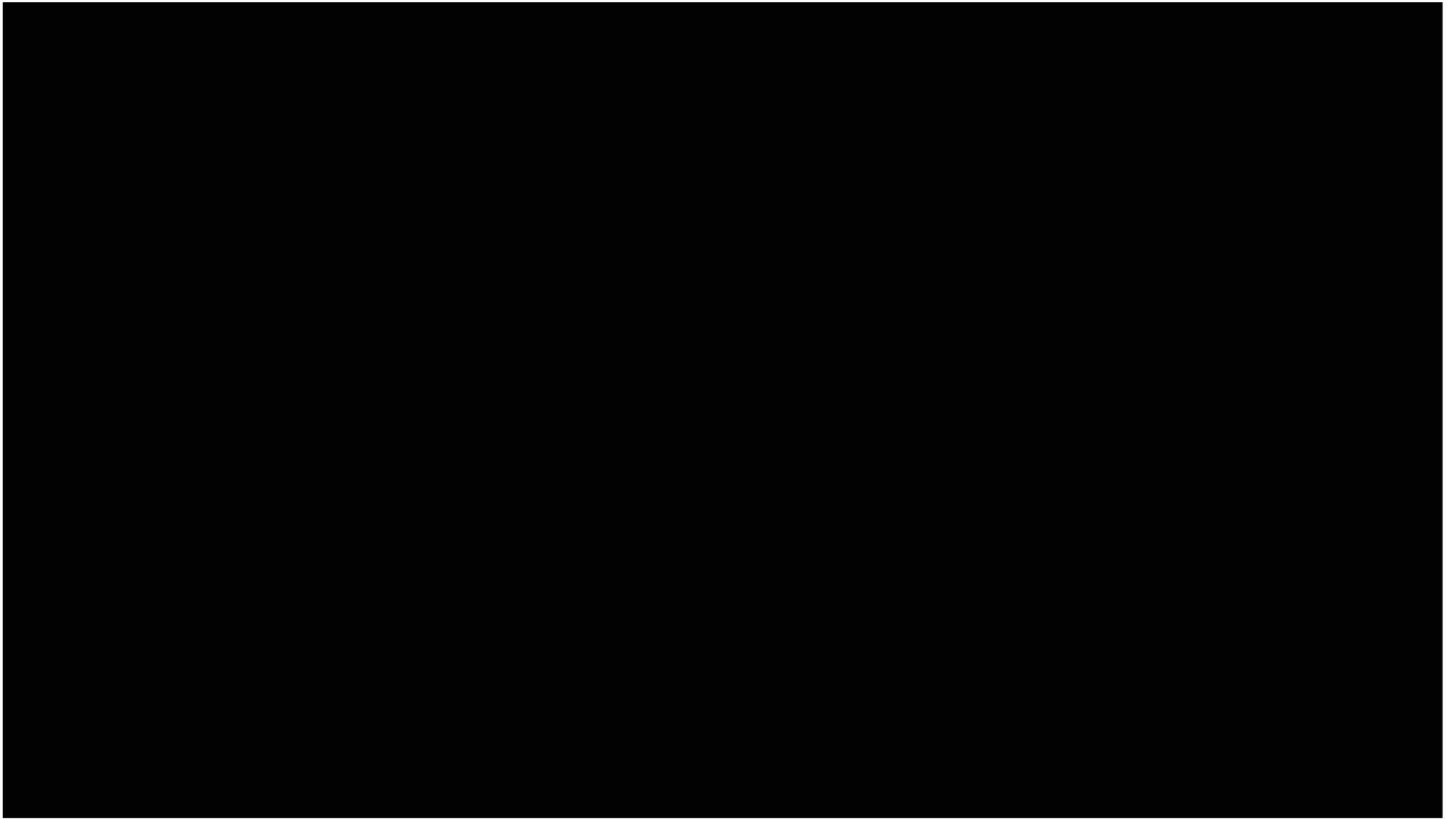
per la firma dell'accordo di programma tra ANCI e FIDAL

Giovedì 28 Maggio 2015

Sala della Presidenza di ANCI

**cities
changing
diabetes**





**cities
changing
diabetes**

JOIN THE GLOBAL FIGHT AGAINST URBAN DIABETES

CitiesChangingDiabetes.com
#UrbanDiabetes
@CitiesDiabetes



cities changing diabetes

citieschangingdiabetes.com

