



SELEZIONE STAMPA

(A cura dell'Ufficio stampa Uisp)

15 luglio 2015

ARGOMENTI:

- Domani l'Uisp a Expo, verranno illustrati i risultati di quattro anni del progetto "Pronti, partenza, via!".
- L'inattività fisica costa ogni anno all'Europa mezzo milione di morti e oltre 80 miliardi di euro.
- Roma 2024: "Giochi e Giubileo cambieranno la città". La delegazione italiana oggi al Cio.
- Doping: altro rinvio per il processo di Schwazer.
- Il calcio è riscatto, l'intervista al giocatore Ahmad Benali.
- Uisp dal territorio: In Valle d'Aosta il corso di fitness "Eam". A Porretta Terme (Bo) la tappa del campionato Uisp di corsa in salita. Domani il via alle Camminate gioachimite a Catanzaro. A Ferrara arriva la metropolitana urbana per l'esercizio fisico con un'app. A Vaiano (Po) appuntamento podistico con "Vaiano night run".

MINORI. BIMBI E STILI VITA, NUOVA RICERCA SAVE THE CHILDREN



SARÀ PRESENTATA GIOVEDÌ A EXPO (DIRE-DIREGIOVANI) Roma, 14 lug. - Giovedì 16 luglio 2015 alle 11.30 presso il Media Centre di Expo a Milano, si terrà una conferenza stampa di presentazione della nuova indagine realizzata da Ipsos per Save the Children e Gruppo Mondele-z in Italia sugli stili di vita e le abitudini alimentari dei minori italiani (nella fascia di età 6-17 anni). Inoltre, saranno illustrati i risultati di 4 anni di progetto a favore della pratica motoria e sportiva e dell'educazione alimentare dei bambini 'Pronti, Partenza, Via!' nelle aree periferiche di 10 città italiane (Ancona, Aprilia, Bari, Catania, Milano, Torino, Napoli, Genova, Sassari, Palermo), promosso da Save the Children insieme a Mondele-z International Foundation e realizzato in partnership con il Centro Sportivo Italiano (CSI) e l'Unione Italiana Sport Per tutti (UISP). Alla conferenza stampa interverranno, tra gli altri: Raffaella Milano Direttore Programmi Italia-Europa Save the Children, Stefano Robba Direttore Corporate Affairs Mondele-z, Vincenzo Manco Presidente Nazionale UISP (Unione Italiana Sport Per tutti), Massimo Achini Presidente Nazionale del CSI, (Centro Sportivo Italiano), Paola Nardone, Centro Nazionale di Epidemiologia, Sorveglianza e Promozione della Salute - Istituto Superiore di Sanità, Marcello Lanari, Società Italiana Pediatria. (Com/Gas/ Dire) 13:52 14-07-15 NNNN



Bambini, stili di vita e alimentazione: il 16/07 a Expo ricerca Save the Children e Mondelēz e progetto "Pronti, Partenza, Via!", su pratica motoria e educazione alimentare in 10 città

Riceviamo e pubblichiamo on 14 Luglio, 2015 17:28:41 | 135 numero letture

Nessuna novita' per questo articolo

Bambini, stili di vita e abitudini alimentari: il 16/07 lancio nuova ricerca Save the Children e Mondelēz ad Expo e risultati del progetto "Pronti, Partenza, Via!", per la promozione della pratica motoria e dell'educazione alimentare in 10 città italiane

Giovedì 16 luglio 2015 p.v. alle 11.30 presso il Media Centre di Expo a Milano, si terrà una conferenza stampa di presentazione della **nuova indagine** realizzata da Ipsos per Save the Children e Gruppo Mondelēz in Italia **sugli stili di vita e le abitudini alimentari** dei minori italiani (nella fascia di età 6-17 anni).

Inoltre saranno illustrati i risultati di 4 anni di progetto a favore della pratica motoria e sportiva e dell'educazione alimentare dei bambini **"Pronti, Partenza, Via!"** nelle aree periferiche di **10 città italiane** (Ancona, Aprilia, Bari, Catania, Milano, Torino, Napoli, Genova, Sassari, Palermo), promosso da **Save the Children** insieme a **Mondelēz International Foundation** e realizzato in partnership con il **Centro Sportivo Italiano (CSI)** e **l'Unione Italiana Sport Per tutti (UISP)**.

Alla conferenza stampa interverranno, tra gli altri: **Raffaella Milano** Direttore Programmi Italia-Europa Save the Children, **Stefano Robba** Direttore Corporate Affairs Mondelēz, **Vincenzo Manco** Presidente Nazionale UISP (Unione Italiana Sport Per tutti), **Massimo Achini** Presidente Nazionale del CSI, (Centro Sportivo Italiano), **Paola Nardone**, Centro Nazionale di Epidemiologia, Sorveglianza e Promozione della Salute - Istituto Superiore di Sanità, **Marcello Lanari**, Società Italiana Pediatria.

I giornalisti non ancora accreditati a Expo Milano 2015, possono richiedere il pass media registrandosi una settimana prima dell'evento sulla piattaforma dedicata:

<https://accreditation.expo2015.org/mediahome.aspx?lang=IT>

Per ulteriori informazioni:

Ufficio stampa Save the Children Italia

Tel: 06.48070023-63-81

press@savethechildren.it

www.savethechildren.it

 **Commenti (0 inviato)**

Nuova indagine Save the Children sugli stili di vita e le abitudini alimentari dei minori italiani

Pubblicato: 14 Luglio 2015

Milano - Giovedì 16 luglio 2015 p.v. alle 11.30 presso il Media Centre di Expo a Milano, si terrà una conferenza stampa di presentazione della nuova indagine realizzata da Ipsos per **Save the Children e Gruppo Mondel?z** in Italia sugli stili di vita e le abitudini alimentari dei minori italiani (nella fascia di età 6-17 anni).

Inoltre saranno illustrati i risultati di 4 anni di progetto a favore della pratica motoria e sportiva e dell'educazione alimentare dei bambini "Pronti, Partenza, Via!" nelle aree periferiche di 10 città italiane (Ancona, Aprilia, Bari, Catania, Milano, Torino, Napoli, Genova, Sassari, Palermo), promosso da Save the Children insieme a Mondel?z International Foundation e realizzato in partnership con il Centro Sportivo Italiano (CSI) e l'Unione Italiana Sport Per tutti (UISP).

Alla conferenza stampa interverranno, tra gli altri: Raffaella Milano Direttore Programmi Italia-Europa Save the Children, Stefano Robba Direttore Corporate Affairs Mondel?z, Vincenzo Manco Presidente Nazionale UISP (Unione Italiana Sport Per tutti), Massimo Achini Presidente Nazionale del CSI, (Centro Sportivo Italiano), Paola Nardone, Centro Nazionale di Epidemiologia, Sorveglianza e Promozione della Salute - Istituto Superiore di Sanità, Marcello Lanari, Società Italiana Pediatria.

La Redazione

L'inattività fisica costa ogni anno all'Europa mezzo milione di morti e oltre 80 miliardi

Lo studio del Centre for Economics and Business Research ha esaminato le abitudini in vari Paesi del Vecchio continente. E il nostro brilla per "pigrizia". Particolarmente allarmanti i dati sui giovani. E le conseguenze per la salute sono pesantissime

di ELVIRA NASELLI

Lo leggo dopo



Oltre ottanta miliardi di euro e circa mezzo milione di morti evitabili all'anno in Europa se solo i suoi cittadini fossero più attivi fisicamente. Con gli italiani che, nella classifica della pigrizia, troneggiano senza rivali. Un recente studio realizzato da Cebr (Centre for Economics and Business Research) e commissionato da Isca (International Sport and Culture Association) ha analizzato le abitudini degli europei, con un focus specifico su Italia, Francia, Spagna, Regno Unito, Germania e Polonia. Nel nostro Paese un terzo degli adulti non raggiunge i livelli di attività fisica quotidiana raccomandati dall'Organizzazione mondiale della sanità. Per l'esattezza, il 38 per cento delle donne e il 28 degli uomini. Ci supera soltanto il Regno Unito con una quota di donne inattive del 42 per cento, dieci punti percentuali più degli uomini. E non parliamo di record da maratoneti ma di appena 150 minuti a settimana, una ventina al giorno, di maggior movimento, che può voler dire salire a piedi anziché in ascensore, uscire con il cane

per una passeggiata più lunga, camminare a passo veloce o scendere dall'autobus una fermata prima della propria.

Peggio ancora la situazione per i più giovani, per i quali le raccomandazioni Oms prevedono - tra i cinque e i 17 anni - almeno un'ora di attività fisica al giorno, da moderata a intensa. E invece, il tracollo: il 92 per cento dei tredicenni non raggiunge i livelli consigliati, contro una media europea dell'83. Pigri da subito, insomma.

Il punto è che l'inattività fisica è uno dei principali fattori di rischio di molte malattie, come coronaropatie, diabete di tipo 2, tumori del colon retto e del seno. E influenza non poco anche umore e patologie correlate. Inoltre, sebbene l'inattività sia spesso connessa a sovrappeso e obesità, le performance negative a livello di salute non sono legate necessariamente al peso: anche i normopeso inattivi - infatti - hanno un rischio maggiore di sviluppare malattie croniche non trasmissibili, come diabete, tumori e coronaropatie.

Ma non solo. "L'uomo come tutti gli animali è fatto per muoversi - precisa Michelangelo Giampietro, specialista in medicina dello sport e scienza dell'alimentazione - la sedentarietà influenza negativamente il nostro organismo. Il movimento fisico previene le malattie cardiovascolari tutte, l'osteoporosi e ha benefici anche nella prevenzione di molte patologie neoplastiche. Per non parlare di uno dei maggiori fattori di rischio degli anziani, la perdita di massa muscolare, la sarcopenia, che insieme all'osteoporosi può provocare cadute e fratture. Inoltre molti studi dimostrano che l'attività fisica ha un impatto positivo sulle malattie reumatiche per l'azione antinfiammatoria che l'esercizio fisico produce, variando la produzione di molte citochine, facendo aumentare quelle antinfiammatorie e riducendo invece quelle proinfiammatorie. Infine muoversi dà un grande senso di benessere anche perché durante l'attività fisica si producono catecolamine con effetto eccitante, e aumentano le endorfine, sostanze del sistema oppioide endogeno che hanno anche un effetto antidepressivo. Insomma se tutti si muovessero a sufficienza i farmaci più venduti, contro diabete, ipertensione eccetera, potrebbero andare in soffitta".

Camminare innanzi tutto. Appoggiando e sollevando bene i piedi, senza trascinarli come spesso fanno gli anziani. "Sotto la pianta del piede c'è una fitta rete vascolare che attiva la circolazione - continua Giampietro - e previene i fenomeni di stasi venosa e i possibili fenomeni tromboembolici conseguenti. Quindi camminare, camminare e camminare".


Disastrosa invece la situazione dei più giovani. "Aver affidato lo sport quasi esclusivamente alle società e alle federazioni sportive, che spesso pensano di avere come compito principale il miglioramento della prestazione dei loro "piccoli atleti" a volte anche per trarne profitto economico, è stato un errore clamoroso - ragiona Giampietro - mentre la scuola ha in gran parte rinunciato. Tutto il movimento e l'attività fisica sono delegati alle strutture private, costa molto e spesso non è neanche sufficiente per migliorare lo stato di salute. Ma lo Stato e il ministero della Salute che fanno? Bisogna promuovere realmente e concretamente il movimento, svincolandolo dalle federazioni sportive che dovrebbero pensare soprattutto alla prestazione e alle medaglie. Bisogna aumentare il movimento, non necessariamente lo sport, potenziare le attività fuori dagli orari scolastici ma a

scuola. Si pagheranno di più i bidelli, ma si risparmierà nel bilancio sanitario. Nella mia Asl, a Viterbo e alla Roma C, quando visito per il rilascio delle certificazioni sportive, vedo ragazzi sempre più grassi, con poca coordinazione e scarse capacità respiratorie. Ragazzi che prendono l'ascensore anche per scendere due piani di scale. Per scendere, non per salire. E poi hanno paramorfismi della colonna vertebrale, ginocchio valgo, piede piatto, diabete. Tutto legato alla mancanza di movimento. E allora dove sono le campagne del ministero?"

TAG [salute \(http://www.repubblica.it/argomenti/salute\)](http://www.repubblica.it/argomenti/salute), [attività fisica \(http://www.repubblica.it/argomenti/attività_fisica\)](http://www.repubblica.it/argomenti/attività_fisica), [prevenzione \(http://www.repubblica.it/argomenti/prevenzione\)](http://www.repubblica.it/argomenti/prevenzione)

(14 luglio 2015)

© RIPRODUZIONE RISERVATA

 **Consiglia** 15 persone consigliano questo elemento.

 +1 2

 **Tweet** 1

Divisione Stampa Nazionale — Gruppo Editoriale L'Espresso (<http://www.gruppoespresso.it/>) Spa - P.Iva 00906801006
Società soggetta all'attività di direzione e coordinamento di CIR SpA

OLIMPIADI

«Roma 2024 ci porterà nel futuro»

Marino: «Giochi e Giubileo cambieranno la città»

di **Lorenzo Scalia**
ROMA

«La sfida olimpica non si riduce al mese di gare, deve portare Roma nel futuro». Parola del sindaco Ignazio Marino, intervenuto al workshop "Italian appointments and disappointments" al MAXXI. La città cambierà dal punto di vista urbano in ottica del doppio (potenziale) appuntamento con le Olimpiadi del

**Oggi il sindaco vola
a Losanna con Coni
Governo e promotori
Domani vertice con
i responsabili Cio**

2024 e con il Giubileo dell'anno dopo. «La sfida non ci spaventa - spiega il primo cittadino della Capitale - Da quando ci siamo insediati ragioniamo su una distanza di 10-15 anni. Dobbiamo trovare una sintesi tra la nostra visione urbana e quella che è la nostra storia, una città trimillenaria con un'archeologia almeno bimillenaria, che va valorizzata perché in questo modo ci permetterà di vincere. Esistono tantissimi progetti che non possiamo rivelare. Adesso li stiamo riducendo. Lo sviluppo sarà razionale. E' importante quello che rimarrà alla città di Roma, senza nulla togliere al valore dei risultati sportivi, del medagliere olimpico».

Dopo la fase delle incomprendimenti e il voto dell'Assemblea capitolina, che ha dato

a larghissima maggioranza il suo benestare alla candidatura, il sindaco appare sempre più coinvolto nel progetto Roma 2024 e non è un caso che domani abbia deciso di unirsi alla delegazione italiana che si presenterà a Losanna per un primo confronto operativo con i responsabili del Cio. Sul volo di Stato che stasera porterà la squadra in Svizzera saranno rappresentati il Governo (nelle persone del sottosegretario alla Presidenza del Consiglio, Claudio De Vincenti, e del consigliere del ministro dell'Economia, Giuseppe Fortunato), il Coni (con il segretario Roberto Fabbri), il Comitato promotore (con il d.g. Claudia Buglio) e, appunto il Comune (con Marino, volerà l'assessore al Patrimonio del Comune di Roma, Alessandra Cattolì). Insomma, Roma fa squadra oltre ogni più rosea aspettativa. L'avventura parte con il piede giusto.

Infopress

LA CURIOSITA'

Anche il cricket vuole i Giochi

LONDRA - «Il cricket deve tornare ai Giochi». lo sostiene il Marylebone Cricket Club, proprietario dei Lord's, tempio della disciplina, chiamando in causa l'International Cricket Council (la federazione internazionale). Il cricket è stato sport olimpico solo a Parigi 1900. L'obiettivo sarebbe rientrare proprio nell'edizione del 2024.

Oggi a Losanna

Olimpiadi 2024, la delegazione italiana vola dal Cio

La candidatura di Roma 2024 entra nel vivo. Stamane infatti a Losanna la delegazione italiana, della quale fanno parte il sottosegretario alla presidenza del Consiglio Claudio De Vincenti, il sindaco Ignazio Marino e il direttore generale del comitato Roma 2024 Claudia Bugno, illustrerà al Cio gli atout delle Olimpiadi nella Capitale, in una due giorni che avrà carattere tecnico e che servirà anche ad acquisire ulteriori elementi per l'elaborazione dei capitoli tematici del dossier. Nella squadra italiana, tra gli altri, anche il segretario generale del Coni Roberto Fabbri, il consigliere del ministro dell'Economia Giuseppe Fortunato, l'assessore al Patrimonio del Comune Alessandra Cattoi e i rappresentanti del ministero dell'Interno, della Regione, dell'Unione industriali del Lazio e della Camera di commercio. La riunione di Losanna permette a tutte le città candidate di illustrare un progetto che risponda ai propri

Mercoledì 15 Luglio 2015 Corriere della Sera

bisogni sportivi, economici e sociali, ma anche di raccogliere dal Cio, dopo i cambiamenti introdotti dall'Agenda 2020, informazioni stringenti in termini soprattutto di lascito ereditario (legacy) e di aspettative. L'agenda dell'incontro prevede per domani un breve intervento del presidente Thomas Bach, seguito dai saluti di De Vincenti e di Marino, e una prima sessione in cui i rappresentanti del Cio illustreranno gli elementi del processo di candidatura e gli aspetti tecnici legati all'organizzazione dei Giochi. Nel pomeriggio la delegazione italiana si soffermerà invece sul lavoro svolto dal Comitato ed evidenzierà i punti di forza della città, in una sessione di domande e risposte con i dirigenti del Cio.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Atletica > Doping

CASO ITALIANO

Schwazer altro rinvio Il processo slitta di 4 mesi

● Vizio di forma: Alex non può testimoniare a Bolzano. Sfiato il faccia a faccia col medico Fiorella

Valerio Piccioni
INVIATO A BOLZANO

È mancato di un soffio il faccia a faccia fra Alex Schwazer e il medico Pierluigi Fiorella, con le loro versioni contrapposte sul «segreto epo» dell'olimpionico. Al primo piano del Tribunale di Bolzano, operatori, fotografi e giornalisti aspettavano Alex, mentre dentro l'aula andava in scena l'ennesimo rinvio. Un altro vizio di forma. Che costerà al processo penale quattro mesi di rinvio. Soltanto a uno dei due avvocati di Fiorella; Alessandro Lovato, è stata notificata la data dell'udienza. L'altro, Marco Riponi, non ha ricevuto niente. Il fatto che i due conducano insieme lo studio legale non sposta niente per gli ultimi pronunciamenti della giurisprudenza: la giu-

dice Carla Schiedle s'è arresa alla richiesta di rinvio.

IL RINVIO Certo ha sorpreso il fatto che la difesa Fiorella, uscita «vincitrice» dalla partita al Coni, dove il medico è stato di fatto prosciolto dalle accuse di aver saputo prima dell'epo di Schwazer, abbia approfittato del vizio di forma per prendersi altri quattro mesi (prossima udienza 25 novembre) prima di duellare in aula con l'olimpionico. Che così ha trovato con facilità una frecciata apprendendo della novità: «Lavorano nello stesso studio, si vede che non si parlano...».

NO SCONTATO Poi Schwazer ha incontrato i cronisti nel caffè davanti al Tribunale e ha parlato del no allo sconto pronunciato dalla procura antidoping del Coni (precisando che non si opporrebbe a una richiesta di Wada e IAAF di tre mesi di riduzione,

in ogni caso deciderà a settembre il Tribunale Nazionale Antidoping). «Mi fa sorridere che abbiano perso due mesi e mezzo per poi dire un no scontato. Ma tutti i dettagli verranno fuori e avrei voluto parlarne già oggi. Anche se in questo momento voglio concentrarmi il più possibile sull'allenamento: non sono lontano dal mio top anche se mancano certamente le gare».

«SONO ANCHE VELOCE» Il marciatore rientrerà oggi a Roma per tornare ad allenarsi con Sandro Donati. Parla con serenità. E rivela: «Non prendo più psicofarmaci». E come va? «Bene». Quando si parla di questioni tecniche, sorride: «Sono veloce». E quando lo dice, sembra quasi aprire all'ipotesi 20 chilometri, dove le porte potrebbero essere aperte anche a fine squallifica (a differenza della 50), il 29 aprile del 2016. Aprire, però, fino a un certo punto: «Il mio obiettivo è fare la 50, è la distanza, quella in cui posso esprimermi meglio. Sono comunque convinto di poter fare bene, ma nella 50 posso dare quel qualcosa in più, nella 20 è da vedere...» E l'eventualità di un ricorso al Tas di Losanna? «No, non ci penso, penso solo ad allenarmi».

«CAROLINA LO SA» Viene fuori il discorso su Carolina Kostner. Forse l'errore è stato di non affrontare privatamente quanto era accaduto, le scuse pubbliche sono arrivate tardi. «Di errori ne ho fatti tanti. Ma con lei siamo stati insieme due anni da quell'estate prima di lasciarci. E ne abbiamo parlato, e lei sa quanto mi è dispiaciuto che ci sia andata di mezzo. Poi sono sicuro che altre cose potranno essere chiarite al più presto».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Ahmad Benali. In serie A con il Palermo: "Voglio essere un esempio, i musulmani non sono solo l'Is"

"Gioco per onorare la mia Libia ferita il calcio è riscatto"

la Repubblica MERCOLEDÌ 15 LUGLIO 2015

DAL NOSTRO INVIATO
MASSIMO NORRITO

AHMAD Benali, lei è il secondo libico a giocare in serie A. Prima di lei c'era riuscito solo Saadi Gheddafi.

«Quella era una farsa. Quando c'era Gheddafi che comandava nessuno poteva uscire dalla Libia. Figuriamoci andare a giocare a calcio. Gheddafi ha organizzato quella messa in scena, ma del resto se non lo hanno fatto mai giocare qualcosa vorrà pur dire».

In patria è una sorta di eroe. Da quando è stato ingaggiato dal Palermo la pagina Facebook rosanero è stata invasa dai libici, con oltre 5mila "mi piace" in pochi giorni.

«È vero. Mi seguono in tanti. Sono il primo giocatore in un campionato importante e la gente vede in me un punto di riferimento. Mi aiutano in questa avventura e si aspettano tanto da me. È una responsabilità, ma io sono contentissimo e orgoglioso di potere rappresentare il mio paese».

È nato a Manchester. Suo padre è libico e sua madre inglese. Perché si sente più libico?

«Perché le mie radici sono in Libia. Ho giocato in tutte le nazionali giovanili inglesi poi, un giorno, è arrivata la chiamata della nazionale maggiore libica e ho accettato. Non ci ho pensato un attimo».

Eppure da cinque anni non riesce a tornare in patria.

«Ci sono grossi problemi legati alla sicurezza. Mi farebbe piacere poterci tornare, rivedere la mia gente e tutte le cose belle che ci sono, ma è impossibile».

Perché la famiglia Gheddafi impediva ai giocatori libici di andare all'estero?

«Gheddafi voleva essere l'unica bandiera della Libia. Se dicevi Libia dovevi pensare solo a Gheddafi. Non ci poteva essere qualcuno più famoso di Gheddafi. Provi a pensare il nome di un libico famoso a parte Gheddafi; non lo troverai».

Nazionale di una nazionale che non gioca mai nel suo paese.

«Già, le nostre partite in casa le disputiamo in Marocco, Tunisia e gli altri paesi vicini. Purtroppo è troppo pericoloso».

Che effetto le fa vedere la Libia così martoriata?

«Mi fa male. Soffro. Spero che si possa sistemare tutto. Il mio paese è veramente bello. Ho visto tante cose straordinarie, i libici sono brave persone. Siamo un paese che può avere una sua forza e andare avanti senza bisogno di nessuno. Il guaio è che tutti cercano i soldi del petrolio libico: americani, inglesi, tutti».

Ma dalla Libia c'è anche tanta gente che fugge per sbarcare in Sicilia, dove lei gioca.

«Immagini di sofferenza, di gente che fugge alla ricerca di una vita migliore. La gente scappa per cercare sicurezza, per trovare un lavoro e una vita migliore. E mentre loro fuggono c'è chi arriva in Libia per rubare ai libici».

Lei è un privilegiato.

«No. Io non sono un fortunato, perché mi sento libico. Se hanno un problema loro ce l'ho anche io. Ho tanti parenti in Libia che soffrono».

Lei è musulmano. Ovvio chiederle un'opinione su chi porta avanti una vera e propria guerra di religione.

«Io voglio essere un bell'esempio e dimostrare che i musulmani non sono quelli che fanno casino, che fanno la guerra, che fan-

no terrorismo. Nel Corano non c'è scritto di fare la guerra. Io voglio dimostrare che si può essere un buon musulmano senza entrare in contrasto con le altre religioni. Voglio essere un esempio per i giovani e per i vecchi. Chi segue la religione musulmana può fare belle cose».

Eppure in alcune zone della Libia, in questo momento, sventola la bandiera nera dell'Isis.

«Tre o quattro anni fa questi problemi non c'erano. Adesso in Libia ci sono problemi con chi comanda ed è più facile entrare nel nostro paese. Ma quelli dell'Isis non so-

no libici».

Torniamo al calcio: l'Udinese ha preso un iracheno, il Palermo un libico...

«Significa che il calcio è per tutti e deve essere per tutti. Il calcio può essere motivo di riscatto, a prescindere da dove arriva».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

OGGI IN VALLE D'AOSTA



(ANSA) - AOSTA, 15 LUG - Avvenimenti previsti per oggi in Valle d'Aosta: 1) MORILLON (FRANCIA) Ciclismo: prima tappa Morillon-Les Esserts del 52/o Giro Ciclistico della Valle d'Aosta 2) AOSTA - Palazzo Regione ore 09:00 Consiglio regionale 3) VERRES - Municipio ore 17:00 Consiglio comunale 4) COURMAYEUR - Chiesa Santa Margherita ore 21:15 Concerto 'Zephyr in concert' 5) SAINT-MARCEL - Piazzale sopra le Poste ore 21:30 Cinema all'aperto 'Mune-Il guardiano della luna' 6) COURMAYEUR Rassegna per bambini e ragazzi 'Mini Mont Blanc Mania 2015' (fino al 23 agosto) 7) BREUIL-CERVINIA - Area pic-nic Laboratorio di disegni e fumetti per bambini e ragazzi 'Tutto color Cervino' 8) AOSTA - Teatro romano 13/a edizione dell'Aosta Blues & Soul Festival 9) AOSTA - Area verde Corso Lancieri Corso e di fitness 'Eam', organizzato dall'Uisp Valle d'Aosta. (ANSA). MZ-FCO/FCO 15-LUG-15 08:27 NNNN

PORRETTA TERME: La tappa del Campionato Uisp di Corsa in Salita

Scritto il 14 luglio 2015 da: Mario Becca in Porretta, Primo Piano con 0 Commenti

Renonews > Porretta > **PORRETTA TERME: La tappa del Campionato Uisp di Corsa in Salita**



La Porretta – Castelluccio si svolgerà il 2 agosto
 Marchi

Foto Luciano

E' in piena attività l'ASD LumeGAltoreno per allestire al meglio il Campionato Nazionale UISP di Corsa in Salita, in programma domenica 2 agosto sul tracciato che dalla località termale, dopo un breve giro iniziale all'interno della cittadina, arriva dopo 9 km esatti agli 810 metri di Castelluccio, con il magnifico Castello Manservisi a dare il benvenuto ai partecipanti; un percorso corto ma impegnativo che potrebbe presentare il conto se la

Editoriale



L'Appennino si è suicidato

7 luglio 2015 | 2

Comments

Renonews Social



Sportivamente



Il calcio del Petisso, tra poker e cappotti di cammello

29 maggio 2015 | 0

Comments



Tomba, Checcoli, Valla: tre bolognesi nella "Walk of Fame" dello sport azzurro

10 maggio 2015 | 0

Comments



Accendiamo i motori

giornata, come si presuppone, sarà calda e anche se l'Organizzazione ha previsto almeno 2 ristori, oltre quello d'arrivo.

Le iscrizioni, riservate ai soli tesserati UISP, chiuderanno alle ore 18,00 del 31 luglio come da Regolamento, che lascia però aperta la possibilità di gareggiare anche a tesserati dopo tale data, pur con specifiche limitazioni.

Si assegneranno i titoli in 20 categorie: 11 maschili (Juniores-A20-B25 assieme e poi di 5 anni in 5 anni da C30 fino a N75 ed oltre) e 9 femminili (sempre con la terna più giovane in categoria unica e poi fino alle L65 ed oltre).

Di livello il Monte Premi con riconoscimenti ai primi 3 uomini e alle prime 3 donne della Classifica Generale e con tanti premi in natura fino al 5°/5a delle catt. I60m-L65m-E40f-F45f-G50f e fino all'8°/8a delle catt. E40m-F45m-G50m-H55m: l'Organizzazione si riserva comunque di aumentare il numero di premiati in base ai partecipanti.

Ai primi di ogni categoria maglia di Campione Nazionale di Corsa in Salita e medaglia, quest'ultima assegnata fino alla 3a posizione di ogni categoria mentre il pacco gara prevede una tshirt personalizzata per l'evento.

Premiate le migliori Società, con premi alle prime 5 a punteggio, alle 10 più numerose e a tutte quelle fuori Regione (con almeno 5 presenze); per le Società più numerose sono previsti anche rimborsi per spese di viaggio (info: Marco Medici 349-0070496).

Le iscrizioni si riceveranno esclusivamente via fax allo 0534-22589 alla c.a. Marco Medici o via mail a bernagozziaudio@gmail.com tramite le schede firmate dal Responsabile.

Sul sito www.claudiobernagozzi.net si possono già scaricare il programma, la Scheda d'iscrizione ed il Regolamento Ufficiale della UISP; il sito ospiterà anche l'elenco aggiornato degli iscritti e, a gara conclusa, le Classifiche Finali, Generali e di Categoria.

Per le Società anche il Trofeo "dalla Pianura alla Salita" che andrà alle 10 Società con il maggior numero di iscritti la gara, sommato con i partecipanti al Campionato di Corsa su Strada corso il 24 maggio a Castenaso.

Il via sarà dato dai Giudici UISP alle 9,00 in punto da Piazza Libertà e subito dopo si avvieranno i partecipanti alla ludicomotoria di quasi 5 km, in attesa delle premiazioni della competitiva previste dalle ore 11,30

Per festeggiare i 65 anni di attività sportiva dei F.lli Remo e Danilo Marchioni sabato sera 1 agosto ritrovo per il saluto ai partecipanti da parte delle Autorità e per parlare in allegra compagnia di Sport.

Comunicato di

Claudio Bernagozzi - Addetto Stampa



Nuova Fiat 500,
seconda
generazione
7 luglio 2015 | 0
Commenti



Alfa Romeo Giulia,
il rinascimento del
cuore sportivo
25 giugno 2015 | 0
Commenti

Curva Costa



CALCIO: L'uso
indiscriminato
della parola
"mercenario"
23 giugno 2015 | 1
Commento



CALCIO: Il
quaderno delle
illusioni
21 giugno 2015 | 0
Commenti

Tra pentole e fornelli



Crescentine con
ortica e ricotta
14 maggio 2015 | 0
Commenti



Biscotti alla
marmellata di
primule
10 aprile 2015 | 0
Commenti

Leggiamo Insieme



Presentazione
L'isola della
rugiada di Valeria
Contavalli
26 maggio 2015 | 0
Commenti



Taccuino di viaggio

ARTE E CULTURA / Uisp Catanzaro, da dopodomani il via alle Camminate Gioachimite

martedì 14, luglio 2015 / 18:49

Sulle tracce di via Gioacchino da Fiore

Il Comitato U.I.S.P. Di Catanzaro, in collaborazione con la Lega Regionale U.I.S.P. di atletica leggera, con il Patrocinio della Regione Calabria e il fattivo contributo delle Amministrazioni Comunali di Carlopoli, Panettieri, Taverna, Aprigliano e San Giovanni in Fiore, organizza la manifestazione "Camminate Gioachimite – Sulle tracce di Gioacchino da Fiore", quattro giorni di cammino sull'altopiano della Sila.

L'iniziativa, non competitiva, si svolgerà nei giorni 16,17,18 e 19 luglio 2015, e prevede per la prima volta nei tempi moderni l'attraversamento a piedi della Sila Piccola, percorrendo antichi sentieri, strade sterrate e provinciali, con partenza dall'Abbazia di Corazzo, in territorio del comune di Carlopoli (Cz) e arrivo nei pressi dell'Abbazia di San Giovanni in Fiore (Cs), per un totale di 57 km.

Scopi del Cammino Gioachimite sono:

- far conoscere le bellezze naturali dell'altopiano silano, unitamente all'importanza storica e culturale dei territori attraversati, ripercorrendo parte del cammino fatto, in periodi diversi, da Gioacchino da Fiore;
- richiamare l'attenzione dell'opinione pubblica e degli amministratori calabresi sulle potenzialità turistiche connesse alla creazione di una seria rete sentieristica fruibile e sicura in tutti i mesi dell'anno;
- ribadire l'importanza del camminare come attività motoria adatta a tutti al fine di prevenire e combattere gli effetti negativi dell'ipocinesia;
- evidenziare la rinomata ospitalità delle popolazioni calabresi, anche attraverso la valorizzazione della gastronomia locale, da contrapporre agli stereotipi sulla nostra terra largamente diffusi sui media nazionali;
- non da ultimo, far risaltare la figura di Gioacchino da Fiore, maestro della civiltà europea.

L'iniziativa prevede le seguenti quattro tappe:

1. giovedì 16 luglio ABBAZIA CORAZZO (700 slm) – PANETTIERI (940 slm) – C.DA GRANARO (1011 slm) di km 15 – dislivello 311 metri
2. venerdì 17 luglio C.DA GRANARO (1011) -LAGO PASSANTE (1130) – MANGANESI (1365) – LOC. SPINETO (1280) di Km 17 – dislivello 254 metri
3. sabato 18 luglio CAPOROSA (1275) – MONTENERO (1880)

- CAGNO (1350) di Km 12 – dislivello 625 metri

4. domenica 19 luglio CAGNO (1350) – IURE VETERE (1150) – SAN GIOVANNI IN FIORE

(1000) di km 13 – dislivello 350 metri

In questi giorni i responsabili dell'UISP di Catanzaro sono alle prese con la complessa macchina organizzativa che prevede tra l'altro l'allestimento di ben cinquantasette chilometri del tracciato, prevalentemente su strade sterrate, e i contatti con i Comuni che a vario titolo sono coinvolti nell'iniziativa.

Inoltre, l'intera attraversata della Sila sarà oggetto di un video che verrà prodotto dalla Cineteca della Calabria – Casa del Cinema di Catanzaro.

[Home](#) » [Sport](#) » MuoviFe, la metropolitana urbana per l'esercizio fisico | di [Redazione](#)

MuoviFe, la metropolitana urbana per l'esercizio fisico

L'app serve per pianificare la propria camminata alla giusta intensità



È arrivato MuoviFe. Attraverso il progetto Uisp nato a Bologna arriva anche a Ferrara la metropolitana urbana per l'esercizio fisico lento. Presentata ieri presso il Campo Scuola da Enrico Balestra, presidente Uisp Ferrara, e Davide Guietti, responsabile delle attività, la app sarà uno strumento a disposizione dei tecnici Uisp e dei camminatori per pianificare il proprio esercizio fisico quotidiano in resa salute, ossia alla giusta intensità.

MuoviFe è una app per smartphone già disponibile negli store online scaricabile gratuitamente, attraverso la quale farsi guidare nel centro storico della nostra città. "Inserendo sul proprio smartphone alcune caratteristiche personali (età, peso...) - spiega Davide Guietti - MuoviFe suggerirà il passo corretto per il proprio allenamento in salute: né troppo forte, né troppo piano".

Già attivo da oltre un anno nel Comune di Bologna, il progetto MuoviBo è la naturale evoluzione digitale dell'esperienza Uisp legata ai gruppi di cammino già attivi su tutto il territorio: il percorso circolare di circa 12 km, suddiviso in 12 stazioni del "kilometro in salute", è a tutti gli effetti il perimetro di un impianto sportivo virtuale per la camminata veloce, la corsa lenta o il trekking urbano.

"Il percorso è pensato come una metropolitana: è possibile salire e scendere in diverse stazioni a seconda del tempo a disposizione, tenendo monitorata la quantità di strada percorsa ed il tempo dedicato all'allenamento" precisa Enrico Balestra.

L'amministrazione Comunale di Ferrara, che ha aderito al progetto Uisp realizzato grazie al contributo regionale del bando della legge 13, ha ringraziato la Uisp per aver portato anche a Ferrara questo progetto: "È nostra intenzione non solo sostenere con forza progetti come MuoviFe, ma anche rafforzare ed incentivare tutte quelle iniziative legate all'attività motoria rivolte trasversalmente a tutte le generazioni che sono determinanti per il miglioramento della salute dei nostri cittadini e per il miglioramento complessivo della qualità della vita di tutta la comunità".

IL VIDEO DEL PERCORSO



Utilizza [gravatar](#) per personalizzare la tua immagine

« [Prelievi con bancomat rubato](#)
[Simone Finco e Luca Carlini convocati per l'Europeo di Slalom](#) »

Tags: [esercizio fisico](#), [metropolitana urbana](#), [MuoviFe](#), [uisp](#)

Podismo: appuntamento con Vaiano Night Run

Redazione 15 luglio 2015

Prato. Dopo la quinta Ecomaratona di Pietramarina che ha visto i podisti percorrere un percorso naturale da Carmignano a Prato fino al Montalbano con l'Ecomezza del Diavolo di 22 km lungo un circuito con 1.035 metri di Dislivello dove lungo il percorso i runners hanno scorso il cosiddetto "Masso del Diavolo" sui gradini del quale vi si trova una strana forma scolpita e che leggende locali raccontano di appartenere allo zoccolo di una zampa diabolica con Angelo Nunziati (Ciclissimo bike) vincitore in 2h27'35" davanti ad Alessandro Romano e Federico Ciappi al secondo e terzo posto. Al femminile vince Paola Vinciarelli (Montelupo Runners).

L'Ecomaratona di Solidarietà Fonte di Pietramarina di 44 km con 2.070 metri di dislivello ha visto al traguardo sul podio più alto Enrico Bartolini (Terzo Tempo) in 4:48:13 davanti a Timothy Chaplin (Isolotto) e Antonio Mammoli (Croce d'Oro Prato). Nel femminile prima la livornese Alessandra Brevi per i più coriacei si è disputata anche l'Ultratrail del Barco di 66 km "Un grazie ai partecipanti, agli sponsor e al Comune di Carmignano – spiega il presidente del Pontormo Running, Samuel Bellin – oltre ai volontari della Misericordia di Carmignano e della VAB Colline Medicee".

Mercoledì 15 luglio appuntamento in Valbisenzio con Vaiano Night Run una corsa in notturna di 9,3 e 3,4 km con partenza alle 20,30 da piazza del Comune. Organizzata dalla podistica Prato Nord in collaborazione con la Uisp di Prato e Regalami Un Sorriso con il patrocinio del Comune di Vaiano vedrà al termine un ristorcena per tutti i partecipanti con servizio sanitario a cura della Misericordia con servizio spogliatoi e docce. Premi alle prime 5 società ai primi 30 assoluti maschili, 10 assolute femminile e premi per i veterani.

(di **Veziò Trifoni**)