

## Parma

**Parma Mezza Maratona** Il 9 e il 10 settembre

# Un lungo weekend all'insegna dello sport e del benessere

Prima della gara tante attrazioni in Piazza

## Benessere in primo piano

Anche quest'anno, già da sabato 9 settembre, tutti coloro che arriveranno in Piazza saranno accolti in una vera cittadella della salute.

» Manca sempre meno all'appuntamento con la Parma Mezza Maratona by Cfc Reale Mutua.

Lo sparo di via della gara organizzata dal Cus Parma - in collaborazione con il Comune di Parma e l'Università - è previsto per domenica mattina, 10 settembre, ma già nella giornata di sabato piazza Garibaldi si animerà per un weekend all'insegna del benessere e della salute.

La Parma Mezza Maratona si conferma così non solo un evento sportivo di livello nazionale ma anche una manifestazione aperta alla città e in cui tutti, sportivi e non, possono trovare il loro spazio e trascorrere qualche ora all'aria aperta, divertendosi facendo sport.

Stiamo parlando ovviamente delle corse non competitive per tutti coloro che agonisti non sono (la Erreà Parma Kids, in programma venerdì 8 settembre al Campus, la camminata benefica «Corri per la vita» di 5 km e la 10 km Special, che si correranno il 10 settembre), ma anche dell'Expo Village che ancora una volta, come un'attrezzatissima cittadella della salute, accoglierà tutti coloro che passeranno dalla Piazza.

«Anche quest'anno - spiega Carlo Coscelli, dell'agenzia Cfc Coscelli, Fornaciari, Corniali di Reale Mutua - saremo presenti con uno stand per parlare dell'importanza della prevenzione e del movimento per la salute e il benessere».

«L'anno scorso - continua Coscelli - abbiamo portato in piazza la «capsula», un box in cui, grazie a tecnologie di ultima generazione, era possibile ottenere un'autovalutazione di alcuni parametri indicatori dello stato di salute, come la pressione, lo stato di forma, il livello di stress, l'invecchiamento cellulare. Praticamente nell'arco di una giornata, più di duecento persone avevano colto questa opportunità».

Quest'anno, però, la «capsula» lascerà il posto a una nuova iniziativa. «Il tema resta sempre quello del movimento, dello sport, del benessere verso cui, come abbiamo potuto appurare, c'è molta attenzione - spiega -, ma l'approccio sarà più ludico. Nello stand sarà presente una bici con cui misurare la potenza della propria pedalata. Ovviamente l'obiettivo non è quello di valutare la performance sportiva ma, anzi, di stimolare più persone possibili al



## A quanto pedali?

Ci sarà una bici con cui misurare la potenza della propria pedalata.

movimento, attraverso un'attività divertente».

Non solo. «Con lo stesso spirito, promuoveremo un gioco per misurare la capacità di coordinazione, un fattore importante e da non sottovalutare per il proprio benessere».

«Lo stand sarà ancora più aperto e accogliente - conclude - e un perfor-

mer animerà la giornata con musica e iniziative che, sono sicuro, sapranno coinvolgere i presenti».

L'Expo Village della Parma Mezza Maratona by CFC Reale Mutua aprirà i battenti sabato 9 settembre, a partire dalle 10.30.

**Laura Ugolotti**

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## Musica, danza e degustazioni All'Expo Village attesi anche i più piccoli

» Il passaggio da piazza Garibaldi sarà una tappa quasi obbligata per i runner che nella giornata di sabato 9 settembre si recheranno alla segreteria organizzativa per il ritiro di pettorali e pacchi gara. Come tradizione vuole, però, non saranno solo gli sportivi a transitare per il centro. Si uniranno a loro gli accompagnatori, ma anche tanti parmigiani e i turisti, a settembre sono ancora numerosi in città. Le iniziative dello stand Cfc by Reale Mutua saranno aperte a tutti. Lo stesso vale per tutte le attività e l'intrattenimento dell'Expo Village, che prenderanno il via sabato 9 settembre già dalle prime ore della mattina,

per concludersi nel tardo pomeriggio. Ci sarà spazio per eventi dedicati ai più piccoli, come i laboratori di Rodolfo Mansueto, e ancora degustazioni, musica, esibizioni di danza, intrattenimento, ospiti, l'open day della sezione triathlon del Cus Parma, oltre agli stand degli sponsor e delle aziende del territorio. E tanto altro ancora. L'Expo Village della Parma Mezza Maratona by CFC Reale Mutua sarà aperto anche nella mattina di domenica 10 settembre, prima della partenza e fino al termine della manifestazione.

**L.U.**

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## GAZZETTA DI PARMA

GODITI IL PIACERE DI LEGGERE IL TUO QUOTIDIANO ANCHE IN VACANZA

SE TI ABBONI ALLA VERSIONE DIGITALE. LO PUOI LEGGERE DOVE VUOI E QUANDO VUOI



AL MARE O IN MONTAGNA IL TUO QUOTIDIANO TI ASPETTA IN EDICOLA

### AL MARE

**Sulla Riviera Romagnola**  
dal 1 giugno al 10 settembre

### In Liguria

da Recco a Chiavari: dal 1 luglio al 31 agosto  
da Lavagna a Bocca di Magra: tutto l'anno

### In Toscana

da Marina di Carrara a Viareggio: tutto l'anno

### IN MONTAGNA

**In Trentino-Alto Adige**  
dal 1 luglio al 31 agosto

### APPROFITTA ORA



OPPURE SCOPRI QUI UNA PROMOZIONE IMPERDIBILE

