

MOVE Week è l'evento mondiale che ogni anno mostra i benefici di essere attivi e di partecipare regolarmente ad attività motorie e sportive. La MOVE Week è coordinata a livello europeo da ISCA e in Italia è organizzata e integralmente autofinanziata da UISP

(www.uisp.it)

Dal 23 al 29 maggio, il movimento sarà protagonista in tutta Europa con la Move Week: la settimana europea che promuove l'attività fisica per raggiungere il benessere è un momento importante della stagione Uisp.

“Siamo parte di un movimento internazionale che propone l'attività fisica e motoria come elemento di benessere per le persone, fondamentale per la salute di tutte e tutti. E' un approccio ormai largamente condiviso, a maggior ragione dopo il lungo periodo di inattività che abbiamo vissuto e che ha portato all'aumento di patologie fisiche e psicologiche”.

Per informazioni e iscrizioni:

Comitato Uisp Vallesusa
tel. 0119781106
vallesusa@uisp.it

Orari segreteria:

Mercoledì 10,30 - 13,00
Martedì, Giovedì, Venerdì
15,30 - 18,00

La partecipazione alle attività proposte è gratuita previa prenotazione ad eccezione dell'uscita alla Via Ferrata di Caprie per la quale è previsto un contributo di € 10,00 per il noleggio del materiale da parte di chi ne fosse sprovvisto.

Le attività in calendario dal 23 al 28 maggio (ad esclusione del convegno) si svolgeranno con un numero minimo di 10 iscritti



Via XX Settembre,
s.n.c.
10098 - Rivoli (To)
0119781106
vallesusa@uisp.it



COMITATO TERRITORIALE

UISP VALLESUSA

MOVE WEEK 2022

DAL 23 AL 29 MAGGIO

NELLE AREE PROTETTE

DEL PARCO ALPI COZIE

E SUL TERRITORIO

DEL COMUNE DI AVIGLIANA

CON IL PATROCINIO

DEL PARCO ALPI COZIE

E DEL COMUNE DI AVIGLIANA

LUNEDI' 23 MAGGIO

Uscita di nordic walking lungo i sentieri del Monte Cuneo ad Avigliana.

L'attività è a cura dell'A.S.D. Nordic Walking Volpiano



GIOVEDI' 26 MAGGIO

Via Ferrata di Caprie che si snoda su un percorso di bassa e media difficoltà su un dislivello di 350 metri e della durata di circa 2/3 ore.

A cura di Uisp Vallesusa

VENERDI' 27 MAGGIO

Escursione sui sentieri della Resistenza in Val Sangone con meta il Rifugio Palazzina Sertorio, situato nel vallone di Forno di Coazze a 1450 mt. di altitudine.

A cura di Uisp Vallesusa

SABATO 28 MAGGIO

ATTENTI: IL LUPO!

Escursione nell'area protetta del Gran Bosco di Salbertrand con la Compagnia Teatrale "Teatro e Società" che mette in scena il lupo

SABATO 28 MAGGIO DALLE 15,00 ALLE 18,00

SALA CONVEGNI
PARCO ALPI COZIE - SALBERTRAND

TAVOLA ROTONDA

*SPORT E TURISMO RESPONSABILE
PER LA TUTELA AMBIENTALE*

*LA PRESENZA DEL LUPO:
RISORSA O PROBLEMA?*

Partecipano

Alberto Valfrè

Presidente Parco Alpi Cozie

Michele Ottino

Direttore Parco Alpi Cozie

Roberto Pourpour

Sindaco di Salbertrand

Elena Di Bella

Dirigente Città Metropolitana

Patrizia Alfano

Presidente Uisp Piemonte

Marco Pozzi

Guida naturalistica - Uisp Vallesusa

Luca Giunti

Scrittore - guardiaparco

Luca Rossi

Professore Universitario
Dipartimento di Scienze Veterinarie
Università di Torino

Modera

Leonardo Bizzaro

Giornalista de *La Repubblica*
Scrittore, alpinista

DOMENICA 29 MAGGIO

Giornata finale di Move Week con la Festa dello Sport ad Avigliana organizzata da Uisp Vallesusa con il patrocinio del Comune di Avigliana.

In Piazza del Popolo, nel Parco Alveare Verde e sul Lago Grande, sarà possibile assistere a dimostrazioni ed esibizioni sportive ma anche provare, partecipare e giocare con le proposte delle associazioni sportive presenti nell'arco di tutta la giornata.

Baseball, volley, pattinaggio, basket, calcio, yoga, nordic walking, ma anche nuoto, **swimrun***, nuoto sincronizzato e molto altro.

** per partecipare all'attività di SwimRun è necessario iscriversi rivolgendosi al Comitato Uisp Vallesusa*