

MUOVIAMOCI è un' iniziativa sportiva a carattere benefico organizzata da **Millennium Sport & Fitness** che ha come obiettivo **sensibilizzare la cittadinanza sull'importanza dell'esercizio fisico sia preventivo per un sano invecchiamento che curativo** in rapporto a molteplici patologie croniche quali diabete, sindrome metabolica, ipertensione, menopausa e depressione.

Dopo 3 anni di interruzione imposta dalla pandemia, si rinnova quest'anno l'impegno di Millennium Sport&Fitness per la solidarietà: nella sua 18ª edizione Muoviamoci supporterà il progetto **SPORT-THERAPY** promosso da **ASSOCIAZIONE BAMBINO EMOPATICO (ABE ODV)** di Brescia.

IL PROGETTO SPORT-THERAPY

SPORT-THERAPY, è un progetto di attività fisica adattata che ha lo scopo di contrastare gli effetti collaterali dell'allettamento prolungato e delle lunghe cure farmacologiche rivolto ai piccoli degenti del Reparto di Oncematologia Pediatrica degli Spedali Civili di Brescia di cui è primario il dott. Fulvio Porta.

Il team, composto da laureati in Scienze Motorie e Medico dello Sport, si occupa di sviluppare gli allenamenti finalizzati al mantenimento e/o sviluppo della forza muscolare, dell'equilibrio, della mobilità articolare e dell'eventuale recupero delle autonomie quotidiane.

Il progetto è stato approvato dalla Direzione Generale e dal Comitato Etico dell'ASST Spedali Civili al fine di dimostrare, attraverso uno studio scientifico, l'effetto benefico della attività motoria nei piccoli pazienti.

SOSTIENI IL PROGETTO E FAI UNA DONAZIONE

VERSAMENTO POSTALE

Associazione Bambino Emopatico Odv
c/c 11012259

BONIFICO BANCARIO

Associazione Bambino Emopatico Odv
BCC del Garda

IBAN: IT37 J086 7611 2020 0000 0260 750

CAUSALE: MUOVIAMOCI 2023



PROGRAMMA MUOVIAMOCI 2023

MUOVITI CON NOI E CONTRIBUISCI ALLA RACCOLTA FONDI!



Mercoledì

6

DALLE ORE 20:30
ACQUATHLON
Piscina Millennium



Mercoledì

13

DALLE ORE 18:30
MASTERCLASS INDOOR BIKE
Terrazza Millennium



Sabato

9

DALLE ORE 10:00
CROSS TRAINING CHALLENGE
Studi Millennium

DALLE ORE 15:00
STAGE DI KICK BOXING
Studi Millennium



Giovedì

14

DALLE ORE 20:00
STAFFETTA DI NUOTO
Piscina Millennium

DALLE ORE 20:00
PROVE DISCIPLINE AEREE
Studi Millennium



Domenica

10

DALLE ORE 20:00
FLUO RUN
Campo Marte

DALLE ORE 9:30
MASTERCLASS PILATES
Studi Millennium

DALLE ORE 9:30
ESCURSIONE DI TREKKING
Monte Maddalena

DALLE ORE 10:30
FUNCTIONAL WORKOUT
Studi Millennium



Sabato

16

ORE 9:00/10:00/11:00
MASTERCLASS GINNASTICA PEDIATRICA
Studi Millennium

DALLE ORE 10:00
TORNEO DI PADEL
Centro Michelangelo

DALLE ORE 10:30
MASTERCLASS STEP TONIC
Studi Millennium

DALLE ORE 11:30
MASTERCLASS DI YOGA
Studi Millennium



Lunedì

11

DALLE ORE 19:00
TORNEO DI CALCETTO
Campo da calcetto Millennium



DALLE ORE 14:30
CICLOTURISTICA CITTADINA
Piazzale Millennium

DALLE ORE 15:00
GARA CICLISTICA SUL MONTE MADDALENA
Piazzale Millennium



Martedì

12

DALLE ORE 18:00
PROVE DISCIPLINE AEREE
Studi Millennium



#muoviamoci2023



DAL 6 AL 16 SETTEMBRE 2023

Scegli le attività che preferisci ed iscriviti in reception. La partecipazione prevede una donazione a partire da 15€ con in regalo "LA T-SHIRT DEL CUORE"

