

Direzione comunicazioni

Porto d'Ascoli, 27 gennaio 2022

Prot. 5085

Salute in cammino” a Porto d’Ascoli
Il 28 gennaio si riparte con le camminate serali
Appuntamento in Piazza Cristo Re alle 21

SAN BENEDETTO DEL TRONTO – Dopo la pausa natalizia, di fine 2021 e di inizio 2022, martedì 25 gennaio riprenderà l’iniziativa “Salute in cammino” che va avanti ormai da più di 8 anni visto che è stato avviato nell’estate del 2013.

Ogni venerdì, da piazza Cristo Re a Porto d’Ascoli, prende il via, alle 21, una camminata della durata di circa un’ora che permette di svolgere attività fisica all’aperto con la direzione tecnica del prof. Giovanni Assenti.

L’iniziativa è promossa da Unione Sportiva Acli Marche APS.

La partecipazione al progetto è gratuita, in caso di pioggia la camminata non viene svolta.

Nello svolgimento delle attività vengono applicate le linee guida ed il protocollo di contenimento per contrastare la diffusione del Covid19 predisposto da U.S. Acli nazionale.

Si consigliano abbigliamento e calzature comode, di portare una bottiglietta d’acqua e una torcia.

“Invitiamo i cittadini a partecipare a questa iniziativa – dicono i promotori del progetto – in quanto l’attività fisica ha numerosi benefici per la salute delle persone e per il benessere in generale. Secondo un recente studio, condotto dai ricercatori del National Cancer Institute e da quelli dei Centers for Disease Control and Prevention americani, i cui risultati sono stati pubblicati sulla rivista “Jama Internal Medicine”, se ogni cittadino svolgesse 10 minuti di attività fisica al giorno, negli Stati Uniti si potrebbero evitare oltre 110 mila decessi ogni anno. Sono dati su cui riflettere e che farebbero registrare importanti risparmi per la sanità in un periodo nel quale proprio per la pandemia del Covid19 c’è necessità di fondi”.

Ulteriori informazioni si possono ottenere sulla pagina facebook Unione Sportiva Acli Marche o sul sito www.usaclimarche.com, oppure via whatsapp al numero 3442229927.

