

COMUNICATO STAMPA

A Bologna - dal 20 maggio al 31 luglio e dal 2 al 27 Settembre 2024 - in 10 parchi cittadini torna 'Parchi in Movimento' per incentivare il benessere attraverso l'attività sportiva gratuita 'per tutti'.

Giunto alla 15esima edizione di Parchi in Movimento continua nella sua attività di promozione degli stili di vita sani, offrendo gratuitamente un vasto calendario di attività motoria, guidata da istruttrici e istruttori qualificati.

Oltre 18.000 le presenze nel 2023.
(per saperne di più [Parchi in movimento 2024](#))

Le lezioni collettive favoriscono inoltre la creazione di rapporti sociali in un ambiente sano e, in un'ottica inclusiva, agevolano la connessione transgenerazionale, tra persone con culture differenti e portatori di abilità diverse. **L'iscrizione avviene attraverso la prenotazione ai contatti segnalati sui programmi di ogni parco pubblicati sul sito [pimbologna.it](#), oppure attraverso la verifica di disponibilità di posti direttamente al parco.**

"L'esperienza maturata e i successi raggiunti nelle edizioni precedenti ci hanno motivato ad allargare sempre più le braccia verso le persone che non si sono ancora avvicinate a questo importante appuntamento di salute" commenta l'assessora allo Sport del Comune di Bologna Roberta Li Calzi "abbiamo in particolare incontrato le associazioni delle popolazioni straniere che vivono a Bologna ed abbiamo avuto occasione di trasmettere con chiarezza i benefici del progetto in termini di benessere. La campagna promozionale si è arricchita di locandine in 4 lingue, per stimolare sempre più persone a giovare di questa preziosa occasione che ogni anno si svolge per quasi tutto il periodo estivo con una offerta molto ricca, modulata per ogni grado di esperienza".

"Parchi in movimento è una risorsa preziosa per tutti i cittadini, di tutte le età" - afferma Paolo Pandolfi, Direttore del Dipartimento di Sanità Pubblica dell'Azienda USL di Bologna - "perché sostiene le persone nel prendersi cura della propria salute. Fare movimento regolarmente, all'aperto e insieme ad altre persone, migliora il benessere complessivo e aiuta a contrastare l'insorgenza di malattie croniche come il diabete e l'obesità, oltre a migliorare la salute mentale e la qualità della vita".

LloydsFarmacia BENU partecipa anche quest'anno all'iniziativa dedicando alle persone che parteciperanno a Parchi in Movimento 2024 un kit "Salute,Benessere&Sport". Ogni persona che aderirà alle attività riceverà dalle istruttrici o dagli istruttori un coupon "dedicato". Presentando il coupon e la propria carta fedeltà, si potrà ritirare gratuitamente il kit in 20 LloydsFarmacia nel territorio bolognese (elenco completo [Parchi in movimento – LloydsFarmacia](#)). Nel caso non si abbia una carta fedeltà già attiva, potrà essere rilasciata immediatamente, facendone richiesta al farmacista. Il coupon dà diritto a un unico kit per ogni partecipante.

"Come LloydsFarmacia-BENU Farmacia siamo partner 'storici' di Parchi in Movimento e lo siamo anche quest'anno, con entusiasmo convinto e rinnovato. Le attività fisiche fanno parte a pieno titolo degli stili di vita corretti e consapevoli che sempre più gli esperti ci consigliano, modulandole per le varie fasce di età. Parchi in Movimento - su iniziativa del Comune di Bologna e in partnership con AUSL Bologna - è fin dai suoi esordi un'iniziativa rivolta a tutti, facile e immediata da usufruire, totalmente gratuita, nella natura dei bei parchi di Bologna, in buona compagnia e con l'affiancamento di istruttori specializzati. Da sempre, la nostra insegna è attenta a creare sempre nuove opportunità di salute e per avere cura di sé. Con il nuovo brand BENU siamo sempre più motivati a creare nuove storie di benessere. Abbiamo attivato in questi mesi, nelle farmacie BENU, il format HUB della Salute con le più varie attività di prevenzione, così come - nel contesto della Giornata Mondiale della salute - nelle scorse settimane abbiamo realizzato la Campagna con test per la misurazione di pressione, glicemia e colesterolo, con migliaia di test effettuati gratuitamente. L'accessibilità alle cure e a comportamenti di prevenzione è vitale, ora come non mai, alla luce degli allarmanti dati sulla diffusione della povertà sanitaria nel nostro Paese. Sostenere Parchi in Movimento, significa sostenere la salute, l'invito a tutta la popolazione è di mettersi davvero 'in movimento',

mettendosi alla prova, aderendo e iscrivendosi alle numerose iniziative in programma". È il commento di Caterina Restaino, District Manager Sud LloydsFarmacia – BENU Farmacia, Gruppo PHOENIX Pharma Italia.

Le discipline su cui cimentarsi nei parchi sono varie, adatte a chi si avvicina per la prima volta, ma anche a chi vuole sperimentare altre alternative al consueto allenamento.

L'intera proposta è costituita da: Addominali e stretch, Aikido, Allenamento funzionale, Avviamento al judo, Balboa, Ballo (di gruppo, swing, boogie woogie, lindy hop, tango teen per teenager, under 25/30, tango argentino, jazz), Camminata sportiva con esercizi corpo libero, Capoeira per adulti e per bambine e bambini, Circuit training, Danza (contemporanea, del ventre, espressione corporea), Difesa personale e per donne, Easy fitness, Fit pilates, Functional tryning, Gag, Ginnastica (posturale, acrobatica, aerobica, dolce, per donne in gravidanza, per over 60 e persone fragili), Gioco, giocosport e alimentazione per bambine e bambini, Gyrokinesis, Hiit, Hip hop, Karate, Kung fu, Lindy hop, Meditazione, Metodo feldenkrais®, Multisport, Nordic walking, Parkour (per adulti, per bambine e bambini), Pilates (posturale, per over 60), Potenziamento muscolare, Prepugilistica e Pugilato, Psicomotricità e rilassamento, Qi gong, Risveglio muscolare, Silent walk, Skate (per bambine e bambini e teenager), Stretching (risveglio e tonificazione), Tai chi e Tai ji quan, Laboratori per bambine e bambini mente & movimento, Total body, Vinyasa yoga per tutte e tutti, Walking & english talking, Walking & gi gong, Walking family ritmi(gio)ca. (ginnastica), Yoga (per bambine e bambini, Hata, Gentile, Nordic, Morning e sonoro dedicato ad over 65, con pilates, con stretching addominali).

I parchi coinvolti sono 10, per una copertura di tutti i quartieri cittadini: Parco dei Cedri (Via Cracovia), Giardino Lunetta Gamberini (Via degli Orti), Parco San Donnino (Via San Donato), Giardino Parker Lennon (Via Giovanni Antonio Sacco), Parco di Villa Angeletti (Via de' Carracci), Parco dei Giardini (Via dell'Arcoveggio), Parco 11 Settembre 2001 (Via Azzo Gardino), Parco Nicholas Green - Giardino del Ghisello (Via Giovanni Crocioni), Parco dei Pini (Via del Triumvirato), Giardino Giacomo Bulgarelli (Via della Certosa).

25 le realtà sportive bolognesi che partecipano al progetto: Associazione di promozione sociale 4MUMS, Bolognina Boxe, Budokan Institute, Capoeira musica e fit, Centro Movimento Solaris, Centro sociale ricreativo culturale Nello Frassinetti, Comitato Provinciale U.S. ACLI Bologna, Dojo Equipe Bologna, Donna & Fitness, Eden, Ellemme Studio, Endas Emilia-Romagna, Enecta free fitness, Forme in movimento, Guarani, M'over walking, Officina delle trasformazioni, Olitango, One2one, Polisportiva Pontevecchio, Polisportiva San Donnino, Pugilistica Navile, Regis, Sempre avanti, Shape Evolution.

PIM - Parchi in Movimento è un progetto del Settore Sport del Dipartimento Cultura, Sport e Promozione della città del Comune di Bologna - inserito tra le iniziative del cartellone di [Bologna Estate](#) - ideato e condiviso con l'Ausl di Bologna, in collaborazione con LloydFarmacia BENU, con il sostegno di TPER e grazie ai contributi di Confcommercio ASCOM Bologna, CNA Bologna e CCB Circuito Cinema Bologna.

Ufficio stampa a cura di MEC&Partners

paola.abruzzese@mec-partners.it + 39 349/23 25 481 * valerio.curto@mec-partners.it + 39 327/ 35 75 292