

Folignocammina, benessere e solidarietà

L'uscita di giovedì sera finalizzata alla sensibilizzazione sull'autismo

Foligno

In molti comuni d'Italia è partito da tempo il progetto di attività motoria al quale far partecipare la cittadinanza per migliorare lo stato di salute e combattere la sedentarietà. Anche a Foligno è possibile aderire in modo gratuito alle camminate per la salute, su itinerari all'interno della città e nella immediata periferia. E proprio giovedì l'ultima uscita di "Folignocammina", organizzata dall'associazione "Orme Camminare Liberi" e la Uisp già da due anni.

Il progetto è stato sottoscritto anche dal Comune di Foligno, dalla Usi Umbria 2, dall'Associazione diabetici, dalla Associazione cardiopatici, Ancescau. Camminare è un farmaco naturale e portentoso, da studi americani si sa che previene ben 40 malattie.

"Camminate per la salute, scopri la città" è questo il cuore del progetto che oltre al benessere psicofisico, si prefigge lo scopo di far conoscere meglio ai cittadini, la propria città. Dopo i lavori per la pavimentazione, ora Foligno si presenta con il suo abito della festa. Gli itinerari si snodano tra le vie cittadine di settimana in settimana, mostrando angoli meno conosciuti e sorprendenti. Le camminate - precisano gli organizzatori - si svolgono con ogni tipo di condizioni meteo, verranno sospese solo in caso di ghiaccio. L'uscita di giovedì, che si è conclusa dopo quasi un'ora e mezzo, è stata realizzata anche in collaborazione con l'Asso-



ciazione nazionale genitori soggetti autistici. Nell'occasione sono stati distribuiti depliant informativi e palloncini colorati in occasione della giornata sulla consapevolezza dell'autismo. Hanno partecipato circa 200 camminatori che si sono ritrovati alle 20.30 in piazzale Rita Atria, zona Plateatica, per poi attraversare il centro storico in una edizione tutta speciale del Piedibus.

L'associazione "Orme Camminare Liberi" dà appuntamento agli appassionati domenica a San Venanzo, per l'uscita dedicata al parco vulcanologico.



L'iniziativa Alcuni momenti dell'uscita dello scorso giovedì (dalla pagina Facebook di Folignocammina)



FORMAZIONE

Judo, a Riccione stage con 300 atleti

ROMA - Grande successo per lo Stage nazionale di judo, organizzato dall'Area discipline orientali Uisp, che si è svolto nei giorni scorsi a Riccione. Hanno partecipato oltre 300 judoka provenienti da varie regioni d'Italia.

"È un appuntamento fisso della nostra formazione da più di vent'anni - dice Franco Biavati, presidente Area discipline orientali Uisp - nel tempo ha vissuto delle evoluzioni ed è cresciuto".

"My sport in Franja", cicloturismo alla scoperta della ricchezza storica e culturale dell'Europa

ROMA - A Tauplitzalm, nei pressi di Klagenfurt in Austria, il primo atto del progetto europeo "My sport in Franja", cofinanziato dall'Unione europea sulla linea Erasmus + Sport, promosso da Rog Cycling Club, associazione slovena attiva nel campo del turismo sportivo e cicloturismo. Daniela Conti, coordinatrice del progetto per la Uisp, ha preso parte all'incontro con i partner stranieri provenienti da Austria, Slovacchia e Croazia. "Obiettivo del progetto è l'organizzazione di eventi nei Paesi partner che promuovano l'uso della bicicletta per la conoscenza del patrimonio culturale", ha detto Conti. Il nome dell'iniziativa deriva dall'ospedale partigiano Franja, attivo durante la seconda guerra mondiale nella Slovenia occidentale. Gestito dai partigiani sloveni, dal dicembre 1943 alla fine della guerra, accoglieva soldati appartenenti sia alle Forze Alleate, sia alle Potenze

dell'Asse. Oggi è un museo, patrimonio Unesco. In questa location l'associazione organizza ogni anno una due giorni per appassionati e famiglie.

"Con questo progetto si vogliono promuovere eventi simili in tutta Europa, proponendo luoghi importanti storicamente e artisticamente da raggiungere in bicicletta - continua Daniela Conti - La Uisp parteciperà con il comitato regionale Friuli Venezia Giulia, dove il prossimo anno verranno realizzate attività nella zona del goriziano, al confine con la Slovenia".

"Inoltre, a giugno 2016 e 2017 si terrà a Lubiana la 'Franja academy', una settimana di formazione organizzata dagli sloveni e destinata a giovani dirigenti sportivi delle organizzazioni partner. Si affronteranno i temi del management sportivo, dell'organizzazione di eventi e della rilevanza di attività sportive legate all'ambito socioculturale.



In bici alla scoperta dell'Europa