

IL CENTRO E HUMANITAS MEDICAL CARE TI INVITANO A PARTECIPARE ALLA PRIMA EDIZIONE DELLA WALK & RUN

Una giornata all'insegna dello sport e della salute!

Arese, 21 agosto 2017 – Più di una corsa, meglio di una giornata di sport: **IL CENTRO** di Arese e **Humanitas Medical Care**, invitano tutti a partecipare alla prima edizione di **WALK & RUN**, che si svolgerà, domenica 17 Settembre, nell'area del mall e della **PISTA**.



Due percorsi non competitivi di 4 km e 8 km, con il **patrocinio dei Comuni di Arese e Lainate**, organizzata da **GSO Don Bosco** di Arese (gruppo sportivo, il cui obiettivo è svolgere promozione sportiva a livello giovanile, con l'idea di educare i giovani attraverso i valori dello sport), per una domenica all'insegna della prevenzione e della salute di tutti. Le quote di iscrizione saranno interamente devolute alla **Fondazione Humanitas** che sostiene progetti, anche di volontariato, volti a migliorare la qualità della vita dei pazienti e delle loro famiglie.

Dal **21 Agosto** sono **aperte le iscrizioni** presso **Humanitas Medical Care**, il centro medico polispecialistico a firma Humanitas, che si trova al **primo piano de IL CENTRO**. Ci si potrà iscrivere fino al giorno stesso della manifestazione, il 17 Settembre.

L'iniziativa vede i partecipanti **protagonisti** di un'esperienza unica per tutti, **consulti ed iniziative di prevenzione gratuite** con gli specialisti di *cardiologia, nutrizione, fisioterapia, odontoiatria* e tanti altri ancora. Un'intera mattinata di attività per vivere al meglio la passione per lo sport.

Correndo o camminando, da soli o in compagnia, l'iniziativa propone **una riflessione sull'importanza di uno stile di vita sano e dell'attività sportiva**, in un percorso dinamico lungo l'area esterna de **IL CENTRO** e **LA PISTA**.

Pronti per il workout? La giornata inizia di buon mattino: **ore 9.00** meeting point presso l'entrata 1 del Mall (Area Viridea), dove sarà possibile partecipare a **mini corsi di stretching** con i fisioterapisti di Humanitas Medical Care e, in contemporanea, inizieranno anche le attività di prevenzione.

Fino alle **9.30**, per i primi 350 iscritti, ritiro pacco gara con tante sorprese all'interno. Muscoli riscaldati ed un pizzico di adrenalina, saranno essenziali per le **ore 10**, quando si darà il via alla manifestazione. Due i percorsi disponibili: **4 km** e **8 km**. Per tutti, l'emozione di percorrere il circuito de **LA PISTA** che, storicamente, ha visto sfrecciare le mitiche auto Alfa Romeo. Al termine del proprio percorso, sempre con i fisioterapisti di Humanitas Medical Care, un'altra sessione di salutare stretching, a beneficio del defaticamento e del rilassamento.

Per tutta la durata della manifestazione, non mancherà anche l'intrattenimento grazie a **Radio Number One**: per l'occasione saranno presenti DJ e speaker, per il divertimento e la gioia di grandi e piccini.

Per chi non vuole rinunciare al piacere della sfida, un premio verrà riconosciuto ai primi tre classificati dei due percorsi (Uomo e Donna). Tutti i partecipanti, inoltre, concorreranno all'estrazione finale di un corso di guida sicura presso **LA PISTA ACI VALLELUNGA**: le regole di uno stile di vita sano e salutare, si accompagnano anche alla guida sicura. Tutti pronti?

La prevenzione e la salute di ciascuno di noi non è mai stata così vicina. **IL CENTRO** e **Humanitas Medical Care** ne sono convinti: **WALK & RUN** è solo alla sua prima edizione!

Per ulteriori informazioni, costi di partecipazione e regolamento, consultare il sito de **IL CENTRO** (www.centroilcentro.it) e di **Humanitas Medical Care** (www.humanitas-care.it).

WALK & RUN: IL VERO TRAGUARDO È LA SALUTE!



About Tea: Tea Spa, società del Gruppo Finiper Spa, ha sede a Milano in Via Ponchielli 7.

Contatti ufficio stampa: Say What? – Via Procaccini 73, Milano

Geraldina Soldadino
Elena Cipolat

g.soldadino.cons@saywhat.it
e.cipolat@saywhat.it

Tel 02 3191181 – Cell. 388 393 8334
Tel 02 3191181 www.saywhat.it