

Parchi in movimento: natura e sport in un'iniziativa per il benessere in città

Natura e sport sono ancora una volta i due punti cardine della tredicesima edizione di ***Parchi in movimento*** al via da lunedì 30 maggio e per tutta l'estate: un'iniziativa comunale che vede coinvolti **17 associazioni sportive e 7 parchi urbani nei sei quartieri cittadini**, con attività coordinate da istruttori qualificati e nel più totale rispetto delle norme sanitarie e di sicurezza.

Le novità dell'edizione 2022, l'aggiunta del **Parco Pasolini al Pilastro**, (facendo salire a due i parchi del Quartiere San Donato), **i molti appuntamenti di fitness e tonificazione fisica** e un'offerta mirata per **gli anziani**.

Aperto a cittadine e cittadini di tutte le età, la scorsa edizione ha registrato 17.000 presenze grazie all'enorme varietà di discipline che arricchiscono il programma: dal risveglio muscolare allo yoga, dalla danza del ventre al feldenkrais, al parkour, dalle arti marziali alla boxe, al pilates e alla capoeira e molte altre, le attività proposte incontrano i gusti a ogni fascia d'età. Tra le tante, un'attenzione particolare alle mamme in dolce attesa e alle neomamme, con un percorso di avviamento all'attività motoria dedicato ai più piccoli.

Anche quest'anno, *Parchi in movimento* si offre come un'opportunità per chiunque si trovi in condizione di fragilità e quindi a non poter svolgere attività fisica, **favorendo uno stile di vita sano e immerso nel verde pubblico**. I vari incontri saranno inoltre opportunità di interazione fra persone di diverse età, provenienze, culture a favore di connessioni e reti sociali utili a creare un tessuto urbano sempre più armonioso.

Parchi in movimento è un progetto ideato dal Comune di Bologna e condiviso con l'Azienda USL di Bologna in collaborazione con LloydsFarmacia, **una formula molto apprezzata che coniuga sport e ambiente promuovendo la cultura del movimento.** Un'opportunità per favorire uno stile di vita sano e attivo utile a contrastare i rischi derivanti dalla sedentarietà. Anche quest'anno, LloydsFarmacia regala un **kit 'Salute, Benessere&Sport'**: chiunque si iscriva a *Parchi in Movimento* 2022 riceverà un coupon con cui potrà ritirare gratuitamente il kit in [diciassette LloydsFarmacia](#) nel territorio bolognese.

Le **iscrizioni** si possono effettuare **via mail o per telefono contattando i singoli organizzatori** oppure direttamente in loco (**solo in caso di posti ancora disponibili**).

Su www.bolognaestate.it il programma completo su luoghi, orari e discipline.

Di seguito tutti i parchi coinvolti e le realtà che propongono le attività:

Parco Nicholas Green (Quartiere Borgo Panigale – Reno)

Sempre Avanti – Endas Emilia-Romagna – Capoeira Angola
Palmares – Budokan

Parco di Villa Angeletti (Quartiere Navile)

Endas Emilia-Romagna – Enecta Free Fitness – Dojo Equipe –
Capoeira Emilia-Romagna – Pol.PGS welcome Bologna

Giardino del Velodromo (Quartiere Porto-Saragozza)

Capoeira Angola Palmares – Endas – Record Team

Parco San Donnino (Quartiere San Donato-San Vitale)

Elledanza – Capoeira Angola Palmares – Pol. San Donnino

Parco dei Cedri-Lungosavena (Quartiere Savena)

M'over Walking – Enecta Free Fitness – Capoeira Emilia-Romagna
– Polisportiva Pontevecchio – Endas Emilia Romagna

Giardino Lunetta Gamberini (Quartiere Santo Stefano)

Asd Olitango – Capoeira Emilia Romagna – Endas Emilia Romagna
– Enecta Free Fitness

Parco Pier Paolo Pasolini (Quartiere San Donato-San Vitale)

Around the Wod – Asd Capoeira Emilia Romagna – Bolognina Boxe
– Tugende