

# Torna Parchi in Movimento, oltre 100 attività gratuite nei parchi cittadini

E' ripartito il 17 maggio il progetto [Parchi in movimento](#), ideato dal Comune di Bologna e condiviso con l'Azienda USL, in collaborazione con LloydsFarmacia con l'intento di promuovere fino a settembre la cultura del movimento e uno stile di vita attivo, migliorando la qualità della vita e la salute dei cittadini e contrastare i rischi derivanti dalla sedentarietà.

Quest'anno la programmazione è ancora più ricca e sarà curata da ben **21 realtà**, che proporranno ai cittadini, nei **6 parchi** coinvolti, un'offerta di più di **100 discipline** che vanno dal risveglio muscolare allo yoga, dalla danza del ventre all'hip hop, dal nordic walking al parkour, dal pilates alla zumba, dalla capoeira a molto altro, per tutte le età e tutti i gusti.

Inserito nel cartellone estivo Bologna Estate 2021 il progetto, attivo da più di dieci anni, offre attività motoria gratuita sul territorio dei sei Quartieri in sei parchi urbani, e accompagna il ritorno dei cittadini alla pratica dell'attività motoria dopo un difficile anno di emergenza sanitaria, accompagnati da istruttori qualificati, nel pieno rispetto delle norme sanitarie e di sicurezza vigenti.

Le attività proposte promuovono il movimento a 360°, offrendo opportunità anche a cittadini in condizione di fragilità che solitamente non svolgono attività fisica per creare l'abitudine a uno stile di vita sano a contatto con la natura. Saranno inoltre occasioni di interazione fra persone di diverse età, provenienze, culture, e favoriranno la costruzione di reti sociali in un ambiente sano e piacevole.

LloydsFarmacia dedica anche quest'anno – a tutti gli iscritti

a Parchi in movimento 2021 – un kit Salute&Benessere: tutti i partecipanti alle attività riceveranno un coupon con cui ritirare gratuitamente il kit in sedici LloydsFarmacie del territorio bolognese.

Ci si può iscrivere via email o telefono, contattando i singoli organizzatori ai recapiti indicati sul sito [bolognaestate.it](http://bolognaestate.it), oppure direttamente in loco, ma solo in caso di posti ancora disponibili.

[Il programma completo >>](#)