

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

BAITINA: PALESTRA A CIELO APERTO

Redazione · Tuesday, June 19th, 2012

✘ Undicesima edizione della “**Palestra a cielo aperto**”, tradizionale attività di ginnastica rivolta ad adulti ed anziani frequentanti l’area verde situata tra Busto Arsizio, Castellanza e Legnano. Un’iniziativa che partirà a giugno per chiudere le attività a metà settembre, presentata oggi dal presidente del Parco Alto Milanese **Matteo Bocca** e dal responsabile della Coop Totem **Stefano Bottelli**.

Perché il Parco alto Milanese ha deciso di attivare undici anni fa il progetto “Una palestra a cielo aperto”?

"Durante il periodo estivo – ci dichiara Bocca – si verificano situazioni di isolamento e di abbandono della fasce più deboli della popolazione, in particolare anziani, che non trovano luoghi e opportunità che siano risorsa attiva per rimediare questo fenomeno. La risposta a questo problema formulata dal Parco in collaborazione con la Cooperativa Sociale Totem di Varese (www.cooptotem.it) e da UISP (associazione italiana sport per tutti) è nella sua innovatività decisamente semplice: attivare gruppi di adulti/anziani che, accompagnati da istruttori professionisti, svolgano attività di ginnastica dolce nel verde. Una formula che ha visto crescere negli anni il numero di partecipanti (più di 180 nel 2011) e che ci ha spinto a confermare la proposta. “Palestra a cielo aperto” rappresenta quindi un’occasione di incontro, socializzazione e valorizzazione di un luogo fresco ed accogliente quale il parco. Gli istruttori presenteranno specifici esercizi in funzione degli interessi e della tipologia di utenza".

"La partecipazione alle attività – spiega invece Bottelli – sarà totalmente gratuita ed aperta a singoli cittadini ed a gruppi quali centri anziani, associazioni ed altri soggetti territoriali interessati".

Orari: tutte le mattine dal martedì al venerdì dalle 9.30 alle 11.30, martedì e giovedì pomeriggio dalle 17.30 alle 18.30 dal 20 giugno al 14 settembre 2012.

Per i singoli cittadini sarà possibile iscriversi contattando i seguenti recapiti: UISP (338 7335061 – cskbustoa@virgilio.it) COOP SOCIALE TOTEM (0332.331050 – cooptotem@cooptotem.it).



This entry was posted on Tuesday, June 19th, 2012 at 11:22 pm and is filed under [Cronaca, Legnano](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.