

# LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

## Nella giornata mondiale dell'ambiente "Legnano SiMuove" parte con 500 iscritti

Redazione · Monday, June 5th, 2023

**Oltre 200 legnanesi al parco Castello di Legnano per la prima lezione di "Legnano SiMuove 2023"**. L'iniziativa patrocinata dal Comune, con il supporto di ASST Ovest Milanese e ATS Milano Città Metropolitana, è partita oggi, lunedì 5 giugno, in occasione della "Giornata Mondiale dell'Ambiente". La nona edizione, che quest'anno conta più di 500 iscritti, sarà trimestrale e sarà caratterizzata da una pausa estiva. **Le lezioni si terranno sino al 28 luglio e riprenderanno dal 4 al 29 settembre**. Sarà possibile partecipare tutti i giorni, dal lunedì al venerdì alle 18.00. agli appuntamenti di Postural Fitness, Pilates e Mobility Fitness, con gli insegnanti della Palestra Safe Gym, nello splendido scenario verde della città di Legnano.



**Ad aprire l'edizione 2023** le rappresentanze dell'organizzatore Genesi Uno SpA, della Città di Legnano, di ATS Milano Città Metropolitana – SC Promozione della Salute Ovest Mi e del centro Safe GYM Olympus Avant. Legnano si Muove, ricordano gli organizzatori, nasce **per combattere**

**la sedentarietà, per promuovere una sana** abitudine al movimento che «possa diventare una pratica continuativa e non solo un episodio. Inoltre l'esercizio di gruppo è un'ottima occasione per fare nuove conoscenze, motivarsi vicendevolmente e raggiungere l'obiettivo che ci si è prefissati: la community di iscritti all'iniziativa e al servizio informativo di questa edizione continuano a dare fiducia a questa tipologia di progetti».

**A partecipare anche il sindaco Lorenzo Radice e l'assessore allo sport Guido Bragato.** «Dobbiamo prenderci cura dell'ambiente – afferma il primo cittadino – e per farlo dobbiamo prenderci cura di noi stessi. È importante vivere la città tutti insieme ed è importante condividere momenti come questi dedicati anche alla salute». In questo contesto ha ricordato che **durante l'estate partiranno i lavori per rinnovare e «curare» il verde del parco.** Per far ciò saranno abbattuti circa un centinaio di alberi «Purtroppo si tratta di essenze ammalate. Saranno piantumate nuove piante. Si tratta di una operazione necessaria».

## Informazioni

Tutte le informazioni sono presenti sul sito [www.legnanosimuove.it](http://www.legnanosimuove.it): l'adesione potrà essere effettuata anche con la compilazione digitale del modulo da inviare mezzo email, oppure consegnando i moduli compilati durante la prima giornata di apertura oppure direttamente agli istruttori nelle giornate seguenti.

**Dettagli e iscrizione su: [www.legnanosimuove.it](http://www.legnanosimuove.it)**

Pagina Facebook dell'iniziativa: Legnano Si Muove

- Contatti: Segreteria organizzativa [info@legnanosimuove.it](mailto:info@legnanosimuove.it)
- Contatti per approfondimenti stampa e conferma partecipazione: Sonia Mercolino – Ufficio Comunicazione 328.9788445

This entry was posted on Monday, June 5th, 2023 at 9:02 pm and is filed under [Legnano, Salute](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.