



COMUNE DI CASTELFRANCO DI SOTTO
(PROVINCIA DI PISA)
Piazza R. Bertoncini, 1 cap. 56022 (C.F. E p. IVA 00172550501)

TORNA PARCHI IN MOVIMENTO LO SPORT ALL'ARIA APERTA, GRATUITO E SICURO

*Un mese e mezzo di lezioni di yoga, aerobica e ginnastica dolce nei giardini comunali.
Dal 15 giugno al 31 luglio l'attività motoria è green.*

Fare corsi di ginnastica nel verde e in tutta sicurezza. Lo sport a Castelfranco è Covid-free.

Torna per il quarto anno **Parchi in movimento 2020**. Un'edizione speciale che arriva in momento in cui l'attività motoria all'aperto è un toccasana per il benessere fisico e mentale: un'ottima soluzione per fare sport in compagnia ma nel rispetto dei protocolli di sicurezza emanati dal Governo.

Un mese e mezzo di lezioni di yoga, ginnastica dolce, corsi di aerobica e tonificazione, **dal 15 giugno al 31 luglio**, nel fresco dei parchi e delle aree verdi di Castelfranco di Sotto.

L'iniziativa è organizzata dal Comune di Castelfranco di Sotto da quest'anno in collaborazione con il Comitato UISP Zona Cuoio.

Il progetto ha l'obiettivo di favorire uno stile di vita sano e sottolineare i benefici che l'attività motoria all'aria aperta ha sull'organismo, soprattutto dopo un lungo periodo passato a casa fatto di movimenti limitati e vita sedentaria.

La partecipazione alle varie attività è aperta a tutti, residenti e non, in forma completamente gratuita.

“L'iniziativa Parchi in Movimento arriva in un momento perfetto. In questa fase di ripresa e di ritorno graduale alla normalità, è importante svolgere attività motoria e ritornare alla socialità – ha commentato il sindaco Gabriele Toti - . Dopo aver trascorso molto tempo in casa, senza potersi muovere a causa del lockdown generato dall'emergenza Covid-19, la promozione del benessere psico-fisico attraverso lo sport è ancora più importante. Il progetto offre la possibilità di svolgere lezioni gratuite all'aria aperta e, considerate le difficoltà economiche attuali, è un'ottima occasione anche da quel punto di vista”.

“Tre anni fa abbiamo iniziato un percorso con residenti, associazioni e commercianti per le adozioni delle aree verdi pubbliche – ha aggiunto l'assessore allo Sport Federico Grossi - . Ad oggi più di 18mila mq di verde pubblico sono gestiti da vari soggetti con miglioramento del decoro urbano e maggior controllo sociale. Vivere e far vivere gli spazi pubblici in modo sano è l'unica soluzione per prevenire atti di vandalismo, contrastare solitudine e tenere unita la comunità. Alle luce dell'emergenza Covid19, abbiamo deciso di potenziare e rilanciare ancora di più le attività con nuovi corsi. Tutti i corsi sono gratuiti, per residenti di Castelfranco e dei Comuni vicini. Lanciamo un appello, venite a Castelfranco e vivete le nostre aree verdi!”.

Come funziona

Le attività sportive si svolgeranno nei parchi e giardini pubblici: il Parco Galilei su Viale 2 giugno a Castelfranco, la pista polivalente accanto al Palazzetto a Orentano, il parco di Piazza Franceschini (via Pertini) sempre a Castelfranco.

I corsi saranno coordinati da insegnanti accreditati UISP che svolgeranno le lezioni adattandole al livello di preparazione dei partecipanti.

Sicurezza

Le attività rispetteranno un protocollo di sicurezza che si basa sulle Linee guida per l'attività sportiva di base e l'attività motoria in genere, Emanate ai sensi del DPCM del 17 maggio 2020.

Ad ogni corso potranno partecipare un **massimo di 25 persone** (previa prenotazione).

I partecipanti dovranno presentarsi muniti di mascherina e già vestito adeguatamente all'attività da svolgersi. Ogni utente dovrà portarsi da casa borraccia acqua, asciugamano e tappetino per proprio ed esclusivo utilizzo personale.

Segreteria del Sindaco - Ufficio stampa Maria Vittoria Galeazzi
tel.0571.487344 +39 3201560386
e-mail: m.galeazzi@comune.castelfranco.pi.it



COMUNE DI CASTELFRANCO DI SOTTO

(PROVINCIA DI PISA)

Piazza R. Bertoncini, 1 cap. 56022 (C.F. E p. IVA 00172550501)

Durante i corsi i partecipanti dovranno rispettare le distanze che verranno loro indicate, con una distanza interpersonale minima di 2 metri. **Durante l'attività fisica gli utenti non dovranno indossare la mascherina poiché l'attività motoria si svolgerà sul posto in maniera statica.**

Ogni utente partecipante dovrà obbligatoriamente compilare la Dichiarazione di esonero di responsabilità civile dell'Amministrazione Comunale, buona salute e autocertificazione dati personali. Ogni utente, prima di ogni corso al quale intende partecipare, dovrà rilevare in autonomia la temperatura corporea e controllare l'assenza di temperatura corporea superiore ai 37,5°C. Se la temperatura corporea risultasse superiore ai 37,5°C, non potrà prendere parte ai corsi. La dichiarazione è da compilare, firmare e consegnare all'istruttore presente nel parco, prima di effettuare l'attività motoria per la prima volta di un qualunque corso ed ha validità per tutto il periodo.

“Siamo felici di fare parte di questa bellissima iniziativa e ringraziamo il Comune per averci coinvolto in questo progetto – afferma Antonio Bottai, presidente UIPS Zona Cuoio - . Ora più che mai è il momento di valorizzare l'attività motoria all'aria aperta. Il lockdown ha portato tutti a trascorrere molti mesi chiusi in casa, adesso è il momento di rivivere le nostre città e i nostri parchi sotto una veste completamente nuova. Questo ha sempre contraddistinto il nostro modo di pensare. Il movimento all'aria aperta è un toccasana per tutte le persone di ogni fascia d'età e i benefici psicofisici di questa attività sono ormai noti a tutti”.

Come partecipare

Quest'anno per partecipare ai corsi è obbligatorio prenotarsi con le seguente modalità: contattare il Comitato UISP Zona Cuoio chiamando il numero tel. 0571/480104 oppure cell. 3929818534 (anche tramite messaggio WhatsApp) indicando NOME COGNOME - CORSO - LUOGO – ORARIO.

I numeri sono a disposizione nei seguenti orari:

lunedì 15.00-19.00

martedì 9.00-12.30 e 15.00-19.00

mercoledì 15.00-19.00

giovedì 9.00-12.30 e 15.00-19.00

venerdì 15.00-19.00

(sabato e domenica chiuso)

Info

Tel. 0571/480104 oppure cell. 3929818534

Sito web: www.uisp.it/zonadelcuoio/ oppure www.comune.castelfranco.pi.it