



Da questo weekend e sino al prossimo giugno scatta a Torino il nuovo appuntamento con "Fit To Park" grazie a Safatletica e al sostegno della Fondazione Compagnia di San Paolo con il bando "tra l'ambiente e il benessere"

Le aree
Giardini Reali Inferiori, Parco Ruffini, Parco Carrara (Pellerina), Parco della Colletta, Parco del Meisino, Precollinear Park, Parco Michelotti, Parco del Fioccardo, Parco del Valentino



I parchi? Nuove palestre!

Enrico Capello
TORINO

Con l'arrivo della primavera e della bella stagione viene voglia di sport outdoor. Riattivare il proprio corpo, dopo magari un'eccessiva sedentarietà invernale, impegnandosi nell'attività fisica fa bene alla salute. Ce lo dicevano già gli antichi che coniarono il famoso motto latino "Mens sana in corpore sano". Fuor di retorica, l'appuntamento ideale a Torino per mettersi in forma godendo della natura è rappresentato da "Fit To Park" (Fitness in Torino Parks), un progetto ideato da Safatletica - una delle più importanti realtà dell'atletica leggera italiana - che è stato finanziato nell'ambito del bando "Sportivi Per Natura" promosso dalla Fondazione Compagnia di San Paolo per le missioni "Proteggere

La grande opportunità di praticare sport all'aperto in 9 aree pubbliche in cui, prenotando, si sperimentano diverse discipline con istruttori

l'ambiente" e "Promuovere il benessere". «Alla base della nostra iniziativa, che prevede due distinti percorsi per le scuole e le famiglie, c'è la volontà di generare un impatto positivo sulle persone, aumentando le opportunità di movimento a contatto con la natura e incentivando un rapporto più armonioso con gli ecosistemi. La promozione della cultura dell'ambiente e della cura del capitale natu-

Yoga, badminton, orienteering, running, pilates, ritmica e non solo

rale passa anche da una fruizione delle oasi verdi di Torino più consapevole», spiega Marco Ivo, responsabile di Safatletica. "Fit To Park" vuole coinvolgere bambini e ragazzi delle scuole dell'obbligo del capoluogo e i nuclei familiari (si punta a intercettare 5.000), invitandoli a frequentare nove zone naturali urbane (parliamo di circa 210 ettari di superficie) presenti in cinque diverse Circoscrizioni (1, 3, 4, 7, 8) tutte facilmente accessibili anche con i mezzi pubblici. Le aree prescelte sono: Giardini Reali Inferiori, Parco Ruffini, Parco Carrara (Pellerina), Parco della Colletta, Parco del Meisino, Precollinear Park, Parco Michelotti, Parco del Fioccardo, Parco del

Valentino. «In questi contesti - aggiunge Erika Stefanelli, referente del progetto "Fit to Park" - faremo sperimentare la pratica di discipline inusuali all'aria aperta (fit walking, frisbee, badminton, padel, orienteering, running, pilates, yoga, ginnastica ritmica, pala tamburello, risveglio muscolare, ecc.) con l'obiettivo di portare a scoprire percorsi e luoghi inesplorati nel proprio territorio di vic-

Il vero obiettivo è intercettare 5.000 famiglie e insegnare abitudini più sane

nato, nei pressi delle scuole e delle abitazioni. Il tutto per promuovere stili di vita sani nelle giovani generazioni, garantendo il diritto allo sport e abbattendone, nel contempo, le barriere economiche di accesso grazie all'utilizzo di attrezzature semplici e poco costose. Ogni attività è, infatti, a partecipazione gratuita, con prenotazione obbligatoria, grazie al sostegno della Compagnia di San Paolo e al cofinanziamento dei partner».

SINO A GIUGNO

Si parte in questo weekend dell'11-12 marzo e si proseguirà fino a giugno. Sono 100 gli eventi previsti nei parchi torinesi. Tutti gli appuntamenti

disponibili per le famiglie sono consultabili e prenotabili sul sito www.fit-to-park.it. Nel progetto scolastico, invece, sono coinvolti 18 Istituti Comprensivi (per un totale di 60 scuole primarie e secondarie di primo grado e circa 6.000 utenti) e 8 soggetti del mondo sportivo e del terzo settore. A "Fit To Park" è abbinato anche un contest ambientale sulla valorizzazione, la tutela e la salvaguardia dei parchi cittadini. Le idee sviluppate dalle varie classi saranno oggetto di valutazione da parte di una giuria (Partner del Progetto e Circoscrizioni) che decreterà le migliori e più originali proposte. Le premiazioni avverranno il prossimo 20 maggio allo stadio "Nebiolo" del Ruffini nell'ambito del grande evento (a impatto zero) che sarà aperto a bambini, ragazzi e famiglie senza limiti di età.