



COMUNE DI SANLURI
Assessorato allo Sport e
alle Politiche Giovanili



ASL Sanluri



cooperativa
IL MANIERO
Sanluri



WWW.PROLOCOSANLURI.IT



SPORT È CULTURA

23 marzo 2014 Castello di Sanluri

Evento promosso da "Comune di Sanluri" e "Nordic Walking Sardegna"
in collaborazione con "ASL n. 6 Sanluri", "Pro Loco Sanluri", "Società Cooperativa Lugori" e "Società Cooperativa Il Maniero"

PROGRAMMA DELLA GIORNATA

- 09:30 Accoglienza
- 10:00 Convegno info-formativo "Sport è Cultura"
- 13:00 Degustazione di prodotti locali
- 15:30 Lezione "BASE" di Nordic Walking
- 17:30 Fine della manifestazione

PARTECIPAZIONE GRATUITA

PROGRAMMA DEL CONVEGNO



- 10:00 Apertura dei lavori: Sindaco e Assessore allo sport del Comune di Sanluri.
- 10:10 Attività ed opportunità garantite dall'Azienda Sanitaria Locale di Sanluri
- 10:30 Camminare con o senza i bastoncini: la vera differenza sta nella consapevolezza del come usarli
- 10:45 Nordic Walking e pratica clinica: Il Progetto Parkinson
- 11:15 Il Nordic Walking in Riabilitazione: come migliorare la rieducazione allo sforzo e l'autonomia.
- 11:45 La Nutrizione per lo sportivo a supporto delle attività motorie preventive adattate
- 12:10 Una sede operativa nel Medio Campidano: Castello di Sanluri
- 12:20 Spazio alle domande
- 12:50 Fine dei lavori

ATTIVITA' EXTRA

Nell'arco della giornata sarà possibile effettuare:

- prove pratiche di Nordic Walking;
- prove pratiche di tiro con l'arco;
- visite guidate all'interno del Castello

Ticket complessivo per la partecipazione libera a queste attività: euro 5

Saranno presenti stand di enogastronomia e di attrezzature tecniche per outdoor



INFO E PRENOTAZIONI

NORDIC WALKING SARDEGNA
338.4592082 - info@nwsardegna.it

COOP. IL MANIERO
333.9499572 - castellodisanluri11@tiscali.it



VisionOttica  Sanluri

