



## PALESTRE ALL' APERTO

PROMOZIONE DI UNA CORRETTA  
ATTIVITÀ FISICA NELLA  
POPOLAZIONE ADULTA

### Modalità di svolgimento

I cittadini hanno a disposizione istruttori qualificati che propongono un'attività motoria idonea alle caratteristiche anagrafiche di ognuno, assistono e consigliano, su richiesta, specifiche attività fisiche anche al di fuori da quelle proposte, che possano ulteriormente migliorare il benessere e la salute delle persone.

L'adesione all'attività proposta, volontaria e gratuita, non è soggetta a iscrizione preventiva.

### Palestre all'aperto

Con questo progetto l'Assessorato allo Sport amplia ulteriormente l'offerta di attività motoria all'aria aperta, con l'obiettivo specifico di promuovere una corretta e costante attività fisica rivolta in particolare alle persone adulte e anziane, valorizzando nel contempo gli spazi verdi cittadini. In ogni Quartiere della città sono stati individuati due giardini o parchi dove nei mesi estivi è maggiore l'affluenza di persone adulte o anziane e qui, nei mesi estivi, è possibile svolgere un'attività libera e non organizzata, ma stimolata, seguita e assistita da tecnici qualificati.

### Il progetto

Valorizzare la pratica motoria e sportiva per il benessere e la salute della cittadinanza è uno dei punti cardine del programma di mandato del Sindaco e in questi anni l'Assessorato allo Sport ha posto particolare attenzione alla promozione dello sport libero e diffuso, degli sport cosiddetti di "strada" e all'aria aperta anche con interventi strutturali.

# PROGRAMMA DELLE ATTIVITÀ NEI GIARDINI DEL QUARTIERE

## QUARTIERE 1

17 giugno - 31 luglio

2 - 13 settembre

Parco delle Cascine  
Prato del Quercione

lunedì  
mercoledì  
venerdì

**ore**  
**9.00 - 10.30**

18 giugno - 30 luglio

3 - 14 settembre

Giardino  
Piazza Tasso

martedì  
giovedì  
sabato

**ore**  
**9.00 - 10.30**

## QUARTIERE 2

17 giugno - 31 luglio

2 - 13 settembre

Parco Villa Favard

lunedì  
mercoledì  
venerdì

**ore**  
**9.00 - 10.30**

18 giugno - 30 luglio

3 - 14 settembre

Giardini del Cenacolo  
(San Salvi)

martedì  
giovedì  
sabato

**ore**  
**9.00 - 10.30**

Area Pettini Burresi

martedì  
giovedì

## QUARTIERE 3

17 giugno - 31 luglio

2 - 13 settembre

Piazza Elia Dalla Costa  
Giardini pubblici

lunedì  
mercoledì  
venerdì

**ore**  
**9.00 - 10.30**

18 giugno - 30 luglio

3 - 14 settembre

Giardini viale Tanini

martedì  
giovedì  
sabato

**ore**  
**9.00 - 10.30**

## QUARTIERE 4

17 giugno - 31 luglio

2 - 13 settembre

Boschetto

lunedì  
mercoledì  
venerdì

**ore**  
**9.00 - 10.30**

18 giugno - 30 luglio

3 - 14 settembre

Villa Vogel

martedì  
giovedì  
sabato

**ore**  
**9.00 - 10.30**

## QUARTIERE 5

17 giugno - 31 luglio

2 - 13 settembre

Giardini Medaglie d'Oro

lunedì  
mercoledì  
venerdì

**ore**  
**9.00 - 10.30**

18 giugno - 30 luglio

3 - 14 settembre

Giardino Baden Powell

martedì  
giovedì  
sabato

**ore**  
**9.00 - 10.30**

