

17 Maggio - Officine Garibaldi, Pisa

ore 10:00

Divieto di accesso, giochi in corso

Giochi in strada antichi e moderni per bambini e bambine delle scuole elementari che hanno partecipato al programma "Diamoci una mossa"

ore 16:30

Muoversi, mangiar sano per Ben Essere in una città a misura di cittadino

con la presentazione dei risultati e azioni di contrasto e prevenzione dell'obesità portate avanti da Pisa città che cammina nella nostra città ed il confronto con ciò che si fa in Italia

18 Maggio Mattina - Piazza dei Miracoli, Pisa

ore 11:30

Passeggiata sulle antiche mura di Pisa

Passeggiata sulle antiche mura di Pisa con un percorso di m.1.850. Ritrovo alle 11.00 alla Torre Piezometrica (ex Marzotto) e arrivo in Piazza dei Miracoli con una vista mozzafiato proprio sopra la Torre Pendente. Sarà la parte più spettacolare della manifestazione per la bellezza del percorso e per la ripresa dall'alto del gruppo dei partecipanti e delle bandiere Obesity Day che avranno a disposizione per promuovere la giornata. *La passeggiata sarà totalmente gratuita per i primi 170 iscritti*

Pomeriggio - Centro S. Zeno in Via S. Zeno n.17, Pisa

ore 15:00

Passeggiando per Pisa

percorso di 5000 passi alla scoperta di luoghi storici, artistici e naturali della città. Ritrovo alle ore 14.30

ore 16:30

Calcolo della velocità di cammino per guadagnare salute

Postazione per calcolare il PMI e la propria velocità di cammino per guadagnare salute

ore 17:00

Proiezione del filmato "Le passeggiate della salute fuori e dentro la città"

Per motivare i cittadini di ogni età al movimento in gruppo

ore 17:30

Merenda sana

In linea con i principi della piramide alimentare Toscana e premiazioni per tutti i partecipanti

Informazioni e prenotazioni:
UISP Pisa, 050.503066