VirtùQuotidiane

STREET FITNESS, ALL'AQUILA SPORT TRA I GIOIELLI RITROVATI

14 Settembre 2019

L'AQUILA – Si svolgerà sabato 21 settembre la prima lezione di Street Fitness organizzata dalla Asd Centro Studi My Gym dell'Aquila, sostenuta dalla Fondazione Carispaq, con il patrocinio del Comune dell'Aquila.

Al passo di "Street Fitness" fai respirare la tua mente si potrà camminare, e fare esercizio fisico, per le vie del centro storico dell'Aquila scoprendo o ricoprendo le sue bellezze.

Accompagnati dall'esperienza di **Katia Salute** istruttrice e insegnante di educazione motoria e di **Angela Ciano**, giornalista e storica dell'arte, si potrà effettuare un percorso, fatto anche di salite e discese, che permetterà di fermarsi a guardare i monumenti più significativi della storia della città.

Dunque una passeggiata di salute e cultura che lega al benessere dell'attività sportiva, quello della conoscenza, sotto il profilo storico artistico, del proprio territorio.

La passeggiata, della durata di poco più di un'ora, partirà dalla sede della Palestra My Gym in via Durini All'Aquila, entrerà in centro storico passando per via Castello ed avrà come prima

tappa proprio il Forte Spagnolo, si prosegue fermandosi alla Basilica di San Bernardino, a quella di Santa Maria di Collemaggio, a palazzo dell'Emiciclo, si percorrerà il Corso Principale con sosta in Piazza Duomo, quattro cantoni, Fontana Luminosa e poi di nuovo verso la palestra percorrendo Viale Gran Sasso.

"Abbiamo voluto proporre questo nuovo modo di fare sport – spiega **Concetta Milanese** dell'Asd Centro Studi My Gym – già praticato in molte città italiane, nella consapevolezza che mai come in questo momento noi aquilani abbiamo bisogno di riscoprire o scoprire la storia e le bellezze della loro città che sono, più che mai, sentiti come le radici e l'identità di ognuno di noi. Senza contare che questa attività è anche un valido strumento di promozione turistica del nostro territorio".

Soddisfazione per l'iniziativa è stata espressa dall'assessore allo Sport, **Vittorio Fabrizi**. "Coniugare la riscoperta di una città che sta rinascendo e l'attività motoria – ha detto – è un modo bellissimo di riappropriarsi delle bellezze aquilane".

Sabato 21 settembre "Street Fitness, fai respirare la tua mente" si svolgerà con un primo turno alle 10,30 e un secondo alle 16,30. Partenza dalla Palestra My Gym Via Durini all'Aquila, occorre la prenotazione allo 0862-200590.