

# TRIESTE IN MOVIMENTO

## OTTOBRE 2016

**UN PROGETTO PER PROMUOVERE STILI DI VITA SANI E LA CULTURA DEL MOVIMENTO**

### IL PROGETTO

HA L'OBIETTIVO DI PROMUOVERE I PROGRAMMI DI ATTIVITÀ FISICA, SPORT E LA CULTURA DELLA SALUTE SVOLTI DA ASSOCIAZIONI, ISTITUZIONI, SOCIETÀ E FEDERAZIONI SPORTIVE SCOPO DI "ALLENARE" FASCE SEMPRE PIÙ AMPIE DELLA POPOLAZIONE.

### IL NETWORK

È NATO DALL'IMPEGNO DI PERSONE E ORGANIZZAZIONI CHE HANNO A CUORE IL BENESSERE DEI CITTADINI E SI PROPONE DI DIVENTARE UN SISTEMA AMPIO E CONDIVISO, AL SERVIZIO DELLA CITTÀ.

### L'AGENDA

È APERTA A TUTTE LE ASSOCIAZIONI CHE VOGLIONO CONDIVIDERE LE PROPRIE INIZIATIVE ED INSERIRLE NEL CALENDARIO SCRIVENDO A LUNGA VITA ATTIVA: [INFO@LUNGAVITATTIVA.IT](mailto:INFO@LUNGAVITATTIVA.IT)

### CONTATTI

PER INFORMAZIONI SULLE INIZIATIVE CONTATTARE:  
**G.S. TRIESTE ATLETICA:**  
 CLAUDIO STERPIN  
 TEL. 3382870218  
**G.S. SAN GIACOMO:**  
 RUGGERO POLI  
 TEL. 3356510604  
**DOLCE CUORE**  
 LUIGI GIAMPEDRONE  
 TEL. 3287516606  
**LUNGA VITA ATTIVA**  
 PISCINA BIANCHI FIN  
 TEL. 040 306024  
**LILT**  
 DEBORAH PIERAZZI  
 TEL. 3392079748  
**ARIS**  
 ZANOLA AUGUSTO  
 TEL. 3476969495

**LUN 3**

**DOLCE CUORE**  
 ORE 09.15  
 P.ZZA 11 SETTEMBRE  
 PERCORSO:  
 Barcola>Miramare

**MAR 4**

**LILT**  
 ORE 17.30  
 SALA DEL CONSIGLIO  
 COMUNALE  
 Avvio della Campagna  
 di prevenzione contro  
 il cancro al seno

**MERC 5**

**GRUPPO ARIS**  
 ORE 10.00  
 GELATERIA OTTAVO NANO  
**CENTRO CARDIOVASCOLARE & TRIESTE ATLETICA**  
 ORE 16.50  
 SAN GIUSEPPE  
 EX CASELLO FERROVIARIO  
 PERCORSO:  
 Terzo Tratto della Pista Ciclopedonale

**VEN 7**

**CENTRO CARDIOVASCOLARE & TRIESTE ATLETICA**  
 ORE 16.50  
 SAN GIUSEPPE  
 EX CASELLO FERROVIARIO  
 PERCORSO:  
 Terzo Tratto della Pista Ciclopedonale

**LUN 10**

**DOLCE CUORE**  
 ORE 09.15  
 P.ZZA 11 SETTEMBRE  
 PERCORSO:  
 Barcola>Miramare

**MAR 11**

**MERC 12**

**GRUPPO ARIS**  
 ORE 10.00  
 GELATERIA OTTAVO NANO  
**CENTRO CARDIOVASCOLARE & TRIESTE ATLETICA**  
 ORE 16.50  
 EX CASELLO FERROVIARIO SALITA DI RAUTE  
 PERCORSO:  
 Secondo Tratto della Pista Ciclopedonale

**VEN 14**

**CENTRO CARDIOVASCOLARE & TRIESTE ATLETICA**  
 ORE 16.50  
 EX CASELLO FERROVIARIO  
 SALITA DI RAUTE  
 PERCORSO:  
 Tratto della Pista Ciclopedonale

**LUN 17**

**DOLCE CUORE**  
 ORE 09.15  
 P.ZZA 11 SETTEMBRE  
 PERCORSO:  
 Barcola>Miramare

**MAR 18**

**MERC 19**

**GRUPPO ARIS**  
 ORE 10.00  
 GELATERIA OTTAVO NANO  
**CENTRO CARDIOVASCOLARE & TRIESTE ATLETICA**  
 ORE 16.50  
 SAN GIUSEPPE  
 EX CASELLO FERROVIARIO  
 PERCORSO:  
 Terzo Tratto della Pista Ciclopedonale

**VEN 21**

**CENTRO CARDIOVASCOLARE & TRIESTE ATLETICA**  
 ORE 16.50  
 SAN GIUSEPPE  
 EX CASELLO FERROVIARIO  
 PERCORSO:  
 Terzo Tratto della Pista Ciclopedonale

**LUN 24**

**DOLCE CUORE**  
 ORE 09.15  
 P.ZZA 11 SETTEMBRE  
 PERCORSO:  
 Barcola>Miramare

**MAR 25**

**MERC 26**

**GRUPPO ARIS**  
 ORE 10.00  
 GELATERIA OTTAVO NANO  
**CENTRO CARDIOVASCOLARE & TRIESTE ATLETICA**  
 ORE 16.50  
 EX CASELLO FERROVIARIO SALITA DI RAUTE  
 PERCORSO:  
 Secondo Tratto della Pista Ciclopedonale

**VEN 28**

**CENTRO CARDIOVASCOLARE & TRIESTE ATLETICA**  
 ORE 16.50  
 EX CASELLO FERROVIARIO  
 SALITA DI RAUTE  
 PERCORSO:  
 Secondo Tratto della Pista Ciclopedonale  
**LUNGA VITA ATTIVA & LILT**  
 ORE 17.30 - 19.00  
 PISCINA B. BIANCHI  
 SEMINARIO:  
 "Pillola in rosa:  
 La prevenzione al seno  
 a tutte le età"

ASSOCIAZIONI PARTNER



COORDINAMENTO