



Promosso da

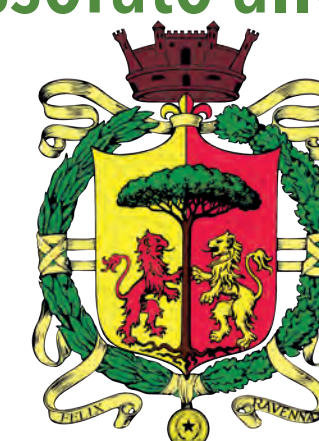


Ravenna

# Teodorico in Fitness

## Sport, benessere e prevenzione

Con il contributo e il patrocinio di Assessorato allo Sport



Comune di Ravenna

Domenica 1° ottobre dalle 10.00 alle 19.00 • Parco Teodorico • Ingresso gratuito

Attività sportive, dimostrazioni, esibizioni e possibilità di prove gratuite per tutte le età  
 Area dedicata alla prevenzione e salute  
 Punto ristoro presso il **BAR TEODORICO**

### PROGRAMMA ATTIVITÀ SPORTIVE CON POSSIBILITÀ DI PROVE GRATUITE

**YOGA - HATHA YOGA - ACROYOGA**

ore 10.00 - 11.00 - Move.it

**ZUMBA FITNESS E ZUMBA STEP**

ore 11.00 - 12.00 - Gymnasium e Move.it

**BATTESIMO DELLA SELLA CON I PONY**

ore 10.00 - 12.00 - Circolo Ippico Ravennate

**SCUOLA DI TENNIS "TENNIX"**

ore 10.00 - 13.00 - Aquae Sport Center

**SIMULATORE DI VOLO**

ore 10.00 - 12.00 e 14.00 - 17.00 - Aeroclub F. Baracca

### ESIBIZIONI

**SPETTACOLO "SETA E ACCIAIO"** con esibizione di arti marziali e ballo moderno

ore 15.00 - 16.30 - Dojo Ravenna e Scuola Malpassi

**ESIBIZIONE DI BALLO COUNTRY**

ore 16.30 - 18.30 - Scuola di ballo Free to Dance

### AREA PREVENZIONE E SALUTE (ore 10.00 - 13.00)

**ASSOCIAZIONE DIABETICI RAVENNATE**

Punto informativo sulla prevenzione del diabete

**A.L.I.Ce Ravenna ODV - Associazione per la Lotta all'Ictus Cerebrale**

Punto informativo sulla prevenzione e cura dell'ictus e misurazione della pressione arteriosa, con ricerca di eventuali aritmie quali la fibrillazione atriale

**MEDICINA DELLO SPORT - AUSL ROMAGNA**

Consulenza sui corretti stili di vita

**CROCE ROSSA ITALIANA - Comitato di Ravenna**

Misurazione parametri, educazione alla salute

**IOR ISTITUTO ONCOLOGICO ROMAGNOLO**

Attività di sensibilizzazione per i fumatori: valutazione del grado di dipendenza con il test di Fargestrom, misurazione del monossido di Carbonio nell'aria espirata e valutazione dei risultati; attività di sensibilizzazione per i non fumatori: informazioni sui prodotti con tabacco riscaldato (IQOS) e nuove sigarette elettroniche usa e getta; distribuzione di materiale informativo e dimostrazione di cosa contiene il fumo di tabacco

Con la partecipazione di

Sport



Prevenzione e salute

