



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

