

## COMUNICATO STAMPA

**Venerdì 9 ottobre appuntamento a Calolziocorte con “Obesity Day: camminiamo insieme con il Nordic Walking”, manifestazione strutturata per sostenere i valori del movimento e della sana alimentazione.**

“Camminiamo insieme” è il motto dell'Obesity Day 2015, la giornata di sensibilizzazione e informazione sul tema dell'obesità promossa tutti gli anni il 10 ottobre da ADI - Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione clinica tramite la sua Fondazione.

L'attività fisica è la parola d'ordine di questa quindicesima edizione che intende promuovere uno stile di vita attivo come elemento indispensabile per ottenere e mantenere un buono stato di salute ed evidenziare che così come nell'alimentazione anche nel movimento esiste un rapporto di dose-risposta per ottenere benefici.

La proposta del gruppo di cammino **Nordic Walking Giretto** sarà ovviamente “movimento”: l'evento in programma per la sera di **venerdì 9 ottobre all'Oratorio Pascolo di Calolziocorte (LC)** è stato studiato dallo staff Giretto, in collaborazione con l'Oratorio Papa Giovanni Paolo II, per tutti i sedentari, gli sportivi e le persone che non praticano regolarmente un'attività fisica.

Un percorso, la ciclopedonale dell'Adda, adatto a tutti, praticabile a piedi o con la tecnica del Nordic Walking, che offrirà un'ottima occasione per fare del sano movimento fisico e conoscere i benefici che l'utilizzo dei bastoncini può offrire.

Per partecipare a “Obesity Day” è necessario iscriversi **gratuitamente** sul sito web [www.nordic.giretto.it](http://www.nordic.giretto.it) entro e non oltre venerdì 9 ottobre alle ore 12 oppure direttamente la sera della manifestazione presso il punto di ritrovo in **Oratorio Papa Giovanni Paolo II al Pascolo**.

Ritrovo, registrazione e consegna dei bastoncini da Nordic Walking dalle 18.45 alle 19.15; successivamente, dopo le informazioni erogate dal personale sanitario SIAN sulle problematiche del sovrappeso e obesità, si partirà in gruppo per procedere lungo il percorso della manifestazione.

Per ulteriori informazioni consultare il sito [www.nordic.giretto.it](http://www.nordic.giretto.it) oppure chiamare la segreteria organizzativa al numero 366 7291389

UFFICIO STAMPA GIRETTO

6 ottobre 2015

[info@giretto.it](mailto:info@giretto.it) - sito [www.nordic.giretto.it](http://www.nordic.giretto.it)

t. 348 2406134 – Flickr foto: <https://www.flickr.com/photos/giretto/albums/72157635400986880>

Progetto ideato da



Main Partner



Provincia di Lecco

Main Sponsor



In collaborazione con



Distribuito da

