

M.O.VEMENT®

REGOLAMENTO DI PARTECIPAZIONE AGLI "OPEN DAYS MOVEMENT"

MOVEMENT è un Programma di ampio respiro incentrato sul "movimento" inteso come lotta alla sedentarietà e strumento di salute, che Sport Training 1 in collaborazione con il Gruppo IN SPORT intende promuovere tra la popolazione attraverso eventi totalmente gratuiti incentrati sul benessere, divertimento e socializzazione per tutti, senza barriere e senza distinzioni di sesso, età, condizione fisica.



Gli "OPEN DAYS MOVEMENT" si svolgono presso i diversi Impianti Sportivi di Sport Training 1 e del Gruppo IN SPORT situati in 3 Regioni (Lombardia,



Piemonte e Veneto), con un bacino di potenziali stakeholder e con il coinvolgimento delle principali Istituzioni Nazionali e Territoriali.

I 5 obiettivi prioritari sono:

1. Combattere la sedentarietà ad ogni trasmettendo i **valori ed i benefici** del e gli effetti positivi che può generare del proprio stile di vita.
2. Permettere a tutti di "mettersi in movimento" partecipando agli **eventi gratuiti**, provando quindi differenti attività e sperimentando la qualità dei servizi.
3. **Educare i giovani al "movimento"** per creare una "Generazione Movement" che sin dalla tenera età (Scuola Materna e Scuola Elementare) sia consapevole dei benefici dell'attività fisica e ludico motoria.
4. Abbinare al movimento l'**abitudine ad una corretta alimentazione**, sia per i **giovani** che per gli adulti.
5. Diffondere la consapevolezza che il **movimento è l'unico fattore sicuro** per il **benessere, la salute e la prevenzione**.



600.000

Sportive

livello
movimento
il cambio

Il Progetto MOVEMENT è stato strutturato come un sistema che "crea azioni positive a catena": partendo dalla possibilità di provare gratuitamente svariate attività motorie si generano altre possibilità di fare movimento altrettanto gratuitamente.

DATE E SEDI

Presso i Centri Sportivi Sport Training 1 le **date** degli "OPEN DAYS MOVEMENT" autunnali sono le seguenti:

- **CORMANO (MI)** – Via G. Leopardi → **18 Settembre 2016**
- **GIUSSANO (MB)** – Via Conciliazione → **17-18 Settembre 2016**
- **VITTUONE (MI)** – Via S. Pertini → **16 Ottobre 2016**

