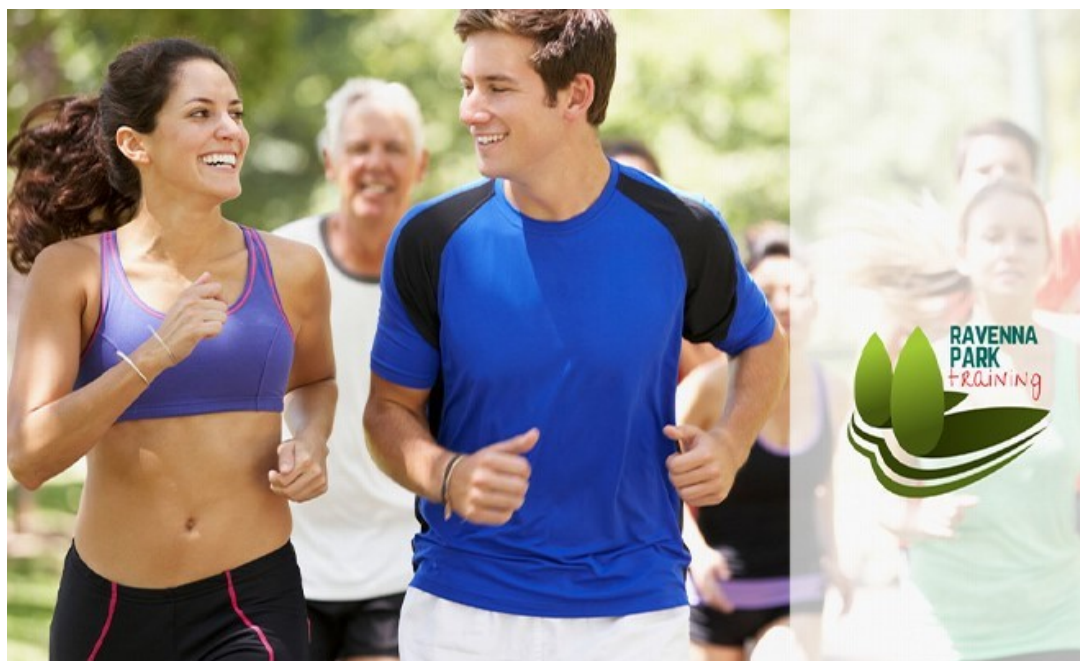


Sport

12 Maggio 2020

"Ravenna Park Training", appuntamenti all'aperto per tenersi in forma e riallacciare rapporti sociali

Il progetto è stato presentato da CSI Ravenna-Lugo in collaborazione con Ravenna Runners Club e Gym Academy



□

12 Maggio 2020 «Ravenna Park Training» è il nuovo progetto che prevede una serie di appuntamenti con cadenza predefinita, tutti organizzati all'aperto in spazi pubblici e facilmente raggiungibili. Il piano di lavoro prevede attività continuative, eventi speciali e appuntamenti extra, per favorire la massima partecipazione a tutti, dalle associazioni che vorranno collaborare ai singoli cittadini desiderosi di prendere parte alle iniziative.

E in questo contesto, CSI Ravenna-Lugo, in collaborazione con Ravenna Runners Club e Asd Gym Academy, ha presentato da pochi giorni il progetto all'Amministrazione comunale di Ravenna. Prevedibilmente in tanti, anche chi non è mai stato così appassionato di sport e wellness, si avvicinerà alle più disparate attività fisiche da svolgere all'aperto denotando però scarsa preparazione o un approccio inadeguato.

Preparato il piano base, si attendono ora le indicazioni del Governo su come potrà essere questa nuova fase di attività e wellness, un aspetto fondamentale per dare attuazione al progetto rispettando le regole e dando, allo stesso tempo, la possibilità di avvertire quantomeno un contatto umano indispensabile nell'ambito sportivo e non solo.

I primi segnali di un lento, ma progressivo, ritorno alla normalità si registreranno già in questi giorni con la possibilità di riprendere gli allenamenti sportivi senza più dover rispettare il vincolo di prossimità alla propria abitazione e potendo usufruire, con le dovute attenzioni e il massimo rispetto delle regole, dei parchi pubblici.

In un periodo di ripresa dopo una sosta lunga e forzata come quella che tutti hanno dovuto affrontare, l'obiettivo è quello di avvicinare, o ri-avvicinare, le persone al movimento per un fine di benessere psico-fisico quanto mai importante e attuale. Tutto ciò cercando di riallacciare i rapporti di socialità così bruscamente interrotti, rivedendoli sotto una nuova forma che permetta comunque di realizzare un'attività inclusiva senza limiti di età, prospettive o capacità atletiche.

[Maggiori info qui](#) ▢

© *copyright la Cronaca di Ravenna*