

Datti una Mossa!

Benessere, sport e divertimento per tutti

Un evento unico dedicato alla salute, all'attività fisica e al divertimento.

Tra le attività principali:

- Tornei e dimostrazioni sportive, anche discipline insolite, adatte a tutte le età
- Spazi interattivi per imparare a vivere e alimentarsi in modo sano
- Test gratuiti per la salute: pressione, glicemia, saturazione e molti altri
- Scopri il tuo microbiota e contribuisci alla donazione
- Dimostrazioni di primo soccorso e rianimazione
- Servizi per aiutarti a smettere di fumare
- Workshop sportivi all'aperto

E questo è solo un assaggio: a Datti una Mossa! parteciperanno più di 70 realtà tra associazioni, enti e istituzioni, ciascuna con attività, laboratori e dimostrazioni pratiche dedicate al benessere.

Per scoprire tutte le attività in programma,
inquadra il QR code.



**30 maggio 2026
dalle 9 alle 18**

**Parco della Resistenza
San Lazzaro di Savena**

PROGRAMMA DELLA GIORNATA

MATTINA DALLE 10:00 ALLE 13:30

ATTIVITÀ SUI CAMPI

- “Prova il Basket” con Basket San Lazzaro
- 11:00: Partita tra ASD Medici Calcio Bologna e Nazionale Italiana Calcio Trapiantati

CAMMINATE NEL PARCO

- 10:00: Gruppo di cammino “Muovi il treno”
- 11:00: “Camminata della Salute” con ABCardio - con consegna gratuita delle magliette
- 12:00: Nordic Walking con Mover Walking APS-ASD

POMERIGGIO DALLE 14:00 ALLE 18:00

TORNEO DI CALCIO CON REALTÀ DEL TERRITORIO

ATTIVITÀ SUI CAMPI

- 15:00: wheelchair basket
- 16:00: baskin

CAMMINATE

- 15:00: camminata consapevole con Think Pink Italy ETS
- 16:00: Nordic Walking

SERA

CAMMINATA A CURA DELL'ASS.NE CORRI CON NOI

- 23:59: **RUN MIDNIGHT**, una camminata ludico motoria (5 km), per vivere lo sport anche sotto le stelle. Ritrovo c/o Palestra Rodriguez.

www.runmidnight.it



PARCHEGGI DISPONIBILI NELLE VICINANZE

- Parcheggio Via Gramsci - 11 minuti a piedi
- Parcheggio Casa della Comunità di San Lazzaro - 2 minuti a piedi
- Parcheggio Le Caprette - 16 minuti a piedi