

## L'Università diventa una palestra



Il Comitato per lo Sport Universitario, per celebrare la Giornata Mondiale dell'Attività Fisica, trasformerà gli spazi universitari in una palestra a cielo aperto, proponendo per il secondo anno una giornata finalizzata alla diffusione di una **cultura del benessere** e del **movimento** rivolta a studenti, docenti e dipendenti dell'Ateneo Pavese.

L'obiettivo dell'evento è promuovere uno **stile di vita attivo** all'interno della popolazione universitaria, in linea con le direttive dell'Organizzazione Mondiale della Sanità che, da diversi anni, trasmette con forza il messaggio del legame tra **attività fisica, salute e benessere**, ma non solo, si vuole creare anche un maggior senso di aggregazione tra gli studenti delle singole facoltà attraverso giornate di divertimento e sport.

La giornata si svolgerà all'interno dell'Ateneo dove verranno allestiti dei **corner** di attività fisica gestiti da più di **300 tutor** esperti di **Scienze Motorie**, che hanno aderito all'iniziativa e che guideranno allenamenti mirati al

benessere fisico.

Le varie attività organizzate comprenderanno diversi test di valutazione funzionale, attività ludico-ricreative, differenti sedute di allenamento, un torneo di basket\* e un torneo di calcio\*\*.

La partecipazione alle attività è **gratuita**.

Il tutto sarà diviso in 6 postazioni:

- Postazione 1: Cortile dell'Università Centrale, dalle ore 11.00 alle 17.00
- Postazione 2: Cortile di San Felice, dalle ore 11.00 alle 17.00
- Postazione 3: Cortile del Dipartimento di Fisica, dalle ore 11.00 alle 17.00
- Postazione 4: Cortile della Nave, dalle ore 11.00 alle 17.00
- Postazione 5: Palacampus, dalle 14.00 alle 17.00
- Postazione 6: Campo Athletic Pavia (via Stafforini, 27100, Pavia), dalle 12.00 alle 16.00

La giornata terminerà con una **fiesta di chiusura** dalle 18.00 alle 23.00 presso il bar dell'Università Centrale "Il Caffè all'Università".

Pavia, 03/04/2019 (15574)

### Articoli della stessa rubrica

- » [Dame e Cavalieri di oggi e di ieri](#)
- » [14^ Scarpadoro - via alle iscrizioni!](#)
- » [BirrArt 2019](#)
- » [Torre in Festa](#)
- » [Festival dei Diritti 2019](#)
- » [Ticino EcoMarathon](#)
- » [Pavia per gli animali](#)
- » [Mostra mercato "Antiche varietà agricole locali e piante spontanee mangerecce"](#)
- » ["Barocco è il mondo" Sbarco Sulla Luna](#)
- » [Non solo Cupola Arnaboldi - Pavia fa!](#)
- » [Festa del Ticino 2019](#)
- » [Scarpadoro di Capodanno](#)
- » [Giornata del Laureato](#)
- » [Africando](#)
- » [Palio del Ticino](#)
- » [BambinFestival 2019](#)
- » [Risvegliamo la Relazione: lo e l'Ambiente - Il edizione](#)
- » [Festa del Roseto](#)
- » [Festa di Primavera: Mostra dei Pelargonii](#)
- » [Next Vintage](#)

[Vedi archivio](#)

### Altri articoli attinenti

- » [14^ Scarpadoro - via alle iscrizioni!](#)
- » [La Giornata Mondiale del Diabete](#)
- » [I transgender nello sport tra mito e realtà](#)
- » [Al Collegio Borromeo si esplora l'universo degli autismi](#)
- » [Ticino EcoMarathon](#)
- » [Gioca d'anticipo!](#)
- » [Scarpadoro di Capodanno](#)
- » [I pro e i contro del VAR](#)
- » [Scarpadoro - si aprono ufficialmente le iscrizioni!](#)
- » [5^ Scarpadoro di Babbo Natale](#)
- » [In forma...con pochi accorgimenti](#)
- » [Festival del Sorriso](#)
- » [Ticino Ecomarathon](#)
- » [Marathon Vigevano Pavia](#)
- » [Sport Exhibition](#)