



FINALBORGO(SV)

11/12 OTTOBRE 2014

COMPLESSO DI SANTA CATERINA

SpiritOutdoorR

Sabato 11

- **Camminata** in natura (circa 5 km) con i ragazzi della **Fondazione Sacra Famiglia Onlus di Andora** – In Mattinata
- **Ecocardiografia** gratuita a cura dell'equipe del Dott. **Palmarini** per 50 sportivi (prenotarsi su asdrunemotion@gmail.com) nell'ambito del progetto di sensibilizzazione alla salute cardiovascolare, presso **Palestra Stile Libero** a **FinalBorgo** – primo pomeriggio (14 – 14.30)
- **Conferenza presso Auditorium Santa Caterina**: “Approccio mentale, fisico e alimentare agli sport di resistenza ed ultrasostenenza” con relatori d'eccezione: Dott. **Pietro Trabucchi** e Dott. **Luca Speciani** (rispettivamente psicologo e alimentarista Nazionale Ultramaratona), con interventi di: Dott. **Werner Nussbaumer**, medico internista esperto di medicina interna e medicina ortomolecolare, nutrizionista e Dott. **Daniele Vietti** chief executive officer Driatec (azienda leader nel campo della produzione di antiossidanti) e presentazione “**ValMaremola Trail**” che si terrà a Tovo S.Giacomo nel Febbraio 2015 – Ore 1630 - 19
- **Stand espositivi** negozi sportivi di Finale – prodotti aziende collaboratrici

Domenica 12

- **Corsa in natura** (Trail Running) su anello estremamente caratteristico e panoramico di circa 20 km, dove si toccheranno i punti di maggior interesse naturalistico, storico e paesaggistico del finalese con ospiti i due relatori della conferenza. A cura di **Asd Run&Motion** e **Palestra StileLibero Finalborgo** – alle 9.00
- **Nordic Walking e Fit Walking** di circa 12 km sullo stesso percorso, a cura del **NordicSoulWalkersCookingTeam palestra StileLibero Finalborgo** alle 9.00
- Seguirà rinfresco in FinalBorgo in collaborazione con Finalborgo.it dalle 13.30