

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Nella giornata mondiale dell'ambiente "Legnano SiMuove" parte con 500 iscritti

Redazione · Monday, June 5th, 2023

Oltre 200 legnanesi al parco Castello di Legnano per la prima lezione di "Legnano SiMuove 2023". L'iniziativa patrocinata dal Comune, con il supporto di ASST Ovest Milanese e ATS Milano Città Metropolitana, è partita oggi, lunedì 5 giugno, in occasione della "Giornata Mondiale dell'Ambiente". La nona edizione, che quest'anno conta più di 500 iscritti, sarà trimestrale e sarà caratterizzata da una pausa estiva. **Le lezioni si terranno sino al 28 luglio e riprenderanno dal 4 al 29 settembre.** Sarà possibile partecipare tutti i giorni, dal lunedì al venerdì alle 18.00. agli appuntamenti di Postural Fitness, Pilates e Mobility Fitness, con gli insegnanti della Palestra Safe Gym, nello splendido scenario verde della città di Legnano.



Ad aprire l'edizione 2023 le rappresentanze dell'organizzatore Genesi Uno SpA, della Città di Legnano, di ATS Milano Città Metropolitana – SC Promozione della Salute Ovest Mi e del centro Safe GYM Olympus Avant. Legnano si Muove, ricordano gli organizzatori, nasce **per combattere**

la sedentarietà, per promuovere una sana abitudine al movimento che «possa diventare una pratica continuativa e non solo un episodio. Inoltre l'esercizio di gruppo è un'ottima occasione per fare nuove conoscenze, motivarsi vicendevolmente e raggiungere l'obiettivo che ci si è prefissati: la community di iscritti all'iniziativa e al servizio informativo di questa edizione continuano a dare fiducia a questa tipologia di progetti».

A partecipare anche il sindaco Lorenzo Radice e l'assessore allo sport Guido Bragato. «Dobbiamo prenderci cura dell'ambiente – afferma il primo cittadino – e per farlo dobbiamo prenderci cura di noi stessi. È importante vivere la città tutti insieme ed è importante condividere momenti come questi dedicati anche alla salute». In questo contesto ha ricordato che **durante l'estate partiranno i lavori per rinnovare e «curare» il verde del parco.** Per far ciò saranno abbattuti circa un centinaio di alberi «Purtroppo si tratta di essenze ammalate. Saranno piantumate nuove piante. Si tratta di una operazione necessaria».

Informazioni

Tutte le informazioni sono presenti sul sito www.legnanosimuove.it: l'adesione potrà essere effettuata anche con la compilazione digitale del modulo da inviare mezzo email, oppure consegnando i moduli compilati durante la prima giornata di apertura oppure direttamente agli istruttori nelle giornate seguenti.

Dettagli e iscrizione su: www.legnanosimuove.it

Pagina Facebook dell'iniziativa: Legnano Si Muove

- Contatti: Segreteria organizzativa info@legnanosimuove.it
- Contatti per approfondimenti stampa e conferma partecipazione: Sonia Mercolino – Ufficio Comunicazione 328.9788445

This entry was posted on Monday, June 5th, 2023 at 9:02 pm and is filed under [Legnano, Salute](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.