

Rapallo, torna la Marcia della salute: in programma sabato 25 settembre

di **Redazione**

22 Settembre 2021 - 14:09



Rapallo. Torna la “Marcia della salute” accompagnata dallo slogan “Marcia che ti passa” organizzata dal Lions Club Rapallo Host con il patrocinio del Comune di Rapallo.

La seconda edizione dell’evento, presentata questa mattina nel salone consiliare del municipio, si svolgerà sabato prossimo, 25 settembre, nello splendido contesto del Parco Casale.

I partecipanti si cimenteranno in una camminata non competitiva: cinque giri su un percorso ad anello per un totale di circa 7 km.

«In tutto sono diecimila passi - spiega Paola Calcagno, medico di Medicina Generale, membro del Lions Club Rapallo e ideatrice della manifestazione -, ossia quello che dovrebbe essere l’obiettivo quotidiano per mantenerci in salute.

Camminare fa bene a qualsiasi età, anche se si è affetti da patologie: anche in questo caso muoversi, pur se in forma leggera, è sempre consigliato. Questo evento è nato proprio con lo scopo di diffondere questo messaggio e invogliare le persone a fare attività fisica. Ogni

giro sarà validato da un giudice di gara sul retro del badge consegnato al momento dell'iscrizione, ma non è necessario completare tutti e cinque i giri. Ognuno può camminare quanto vuole e al proprio ritmo».

L'iscrizione è di 5 euro (gratis per i bambini) e verrà effettuata presso villa Tigullio a partire

dalle 14. Il ricavato verrà devoluto a favore del Lions Club Foundation per i service di oncologia pediatrica. L'inizio dell'evento è previsto alle 15, con partenze scaglionate per evitare assembramenti. Terminata la marcia, i partecipanti potranno accedere ai gazebo colorati in base alle specialità, dove potranno chiedere informazioni e sottoporsi a mini check

up gratuiti da parte dei medici specialisti aderenti all'iniziativa: Claudio Marsano (cardiologo),

Silvia Bornia (nutrizionista), Giampaolo Rubini (podologo), Stefano Paolo Pescia (dentista) e

Andrea Corsi (diabetologo).

«L'amministrazione comunale sposa nuovamente e convintamente questa iniziativa lodevole

per l'importanza data alla salute e alla prevenzione - commenta il presidente del consiglio comunale Mentore Campodonico - Il valore aggiunto è dato dall'intento benefico e dalla possibilità di apprezzare al meglio le bellezze del nostro territorio, cosa che intendiamo incentivare nel mese di ottobre con la tematica di eventi "Rapallo da Camminare".

Ringrazio

il Lions Club Rapallo Host per la collaborazione che costantemente fornisce tramite service

di livello e qualità».

«Il contesto è fantastico e lo scopo importante - chiude Lelio Milanti, presidente del Lions Club Rapallo Host - Speriamo davvero in una nutrita partecipazione»