

“SPORT: ISTRUZIONI PER L'USO”, AL VIA GLI INCONTRI PROMOSSI DALL'ASSOCIAZIONE MARATONINA UDINESE

Appuntamento venerdì 26 maggio, alle 19, in sala Valduga

Venerdì 26 maggio, alle 19, nella sala Valduga della Camera di Commercio di Udine (in piazza Venerio), si terrà il primo incontro del ciclo 2017 “Sport: istruzioni per l'uso”, promosso dall'Asd Maratonina Udinese, presieduta da Paolo Bordon. Relatori saranno due specialisti in fisioterapia e posturologia, il chinesiologo Gabriele Chiarandini e il fisioterapista e osteopata Stefano Bettini, che moderati dal campione europeo Venanzio Ortis affronteranno il tema dell'approccio allo sport, appunto, con una panoramica a 360 gradi. Fulcro della disamina sarà la prevenzione degli infortuni per gli amatori e i professionisti dell'endurance, spaziando dalla mezza maratona alla maratona, dal ciclismo a tutte le discipline in cui l'azione aerobica è intensa e prolungata. Chiarandini e Bettini, entrambi maratoneti e dunque ferrati, anche per esperienza diretta, in merito alle problematiche che affliggono gli appassionati del movimento, tratteggeranno un vademecum di particolare utilità. L'incontro offrirà ai partecipanti la possibilità di dialogare con gli esperti e di chiedere loro informazioni sulle modalità più corrette per fare sport divertendosi ed evitando sgradevoli contrattempi. **L'ingresso è libero. Per informazioni più dettagliate contattare l'associazione all'indirizzo mail info@maratoninadiudine.it.**