

SPORT DI TUTTI

QUARTIERI

CALENDARIO ATTIVITÀ IL PARCO DELLA SALUTE – SPORT E SALUTE - QUARTIERI 2023 – PALERMO

Programma annuale

- **Attività strutturate dal 22 febbraio al 30 giugno / Attività campus estivo dal 4 al 28 luglio**
 - **Stop attività agosto / Attività strutturate dal 12 settembre al 22 dicembre**

1. Vivi Sano Sport: alfabetizzazione motoria - 2/5 anni bimbe/i - mart e ven ore 15.30-17.30
2. Palermo Calcio Popolare: scuola calcio 6/13 anni - merc e ven ore 15.00-17.00
3. Nuova Pallacanestro Palermo: scuola basket 6/17 anni - merc ore 17:15/18:15; sabato ore: 11.30/12.30.
4. Accademia Taekwondo Sicilia: scuola taekwondo - 8/17 anni - merc e ven 15.30/16.30 (dal 9 aprile: mart 15.00/16:00 e giov 18:00/19:00).
5. Vivi Sano Sport: scuola calisthenichs - 13/17 anni - merc e ven ore 16.00/17.30.
6. Keepfit Pilates: pilates donne over 18 anni - merc e ven - ore 10:30/11.30.
7. Accademia Taekwondo: autodifesa donne over 18 anni - merc e ven ore 16.45/17.45.
8. Nuova Pallacanestro Palermo: ginnastica donne - merc e ven ore: 16:30/17:30.
9. Cives: thai chi workout - merc e ven ore: 16.30/17.30.
10. Cives: ginnastica dolce over 65 - merc e ven ore 15.30/16.30.
11. Vivi Sano Ets: multisport inclusivo minori con BES/DSA - mart e giov ore 17.15/18.15
12. Vivi Sano Ets: prevenzione dipendenze adolescenti - merc e ven ore 17.00/18.00
13. Vivi Sano Ets: attività fisica adattata per adulti con esito di SM o malattie neurodegenerative – martedì e venerdì ore 11.30/12.30
14. Vivi Sano Ets e Ordine dei Medici Palermo: accertamenti cardiologici e consigli su sani stili di vita - ultimo sabato mattina del mese dal 25 marzo dopo la parkrun
15. Acsi Sicilia Occidentale e Vivi Sano Ets: eventi sportivi inclusivi non agonistici <ul style="list-style-type: none">- StraPapà & Run with Autism 14 maggio 2023- Foro Italico Parkrun ogni ultimo sabato del mese dal 25 marzo con partenza ore 9.00
16. Accademia Taekwondo e Vivi Sano Ets: campus estivo (voga e vela) 6/17 anni – dal 4 al 28 luglio - 4 mattine a settimana – attività alla cala con raduno al parco
17. Università degli Studi Palermo – monitoraggio/valutazione (somministrazione questionari attraverso i QR code su trifacciale: fine marzo + fine giugno + fine novembre)