

SPORT TERAPIA INTEGRATA

Testimonial del progetto

LAURA MILANI

Olimpionica e pluricampionessa mondiale



CONTATTI

Referente Progetto

Consigliere federale **Andrea Vitale**

Referente Progetto

Nicolò Cavalcanti di Verbicaro

email nicolocavalcanti@gmail.com

cellulare 335 7167 637

Licinia Alfieri - Segreteria

email licinia.alfieri@canottaggio.org

telefono 06 8797 4812

Monir Ghassem - Segreteria

email monir.ghassem@canottaggio.org

progetti@canottaggio.org

telefono 06 8797 4826

AREA COMUNICAZIONE FIC

Luigi Mancini

Addetto Stampa Progetto Sport Terapia Integrata

email luigimancini@hotmail.it

cellulare 348 3840 833



La A.S.D. Canottieri Flora è lieta di partecipare al progetto "Sport Terapia Integrata" in collaborazione con Sport e Salute e FIC.

OPEN DAY

Vi aspettiamo

Sabato 04 febbraio

dalle ore 10.00 alle ore 16.00

presso la Sala Voga

della Canottieri Flora

Via Riglio 14

Cremona

Sarà l'occasione per conoscerci e presentare il nostro allenatore e referente del progetto Pierangelo Ariberti, le strutture e le attrezzature a disposizione durante il corso.

Per accogliere e organizzare al meglio la giornata è gradita l'adesione chiamando il numero 0372.30529

Seguici su
canottaggio.org



OPEN DAY



CON IL CONTRIBUTO DI

**SPORT
E SALUTE**

IN COLLABORAZIONE CON





Il progetto **SPORT TERAPIA INTEGRATA** promuove una nuova visione del canottaggio inteso non solo come attività sportiva, ma come disciplina volta alla promozione del benessere e alla prevenzione delle malattie e come volano per favorire l'inclusione e l'integrazione sociale, non solo con finalità agonistiche.

In collaborazione con **Federsanità**, i corsi di **SPORT TERAPIA INTEGRATA** si rivolgono principalmente a medici, persone con pregresse patologie (oncologiche e non solo) e adulti appassionati over 65.

In ambito medico-sanitario il canottaggio diventa un'attività sportiva completa e con riconosciuti benefici fisico-motori, oltre che psicologici.

Il contatto con la natura rappresenta, inoltre, la soluzione ideale per uno stile di vita corretto e un giusto equilibrio tra mente e corpo.

Grazie al lavoro aerobico e alla ciclicità ripetuta del gesto tecnico, sia su remoergometro che in barca, il canottaggio rispecchia lo sport ideale in un'ottica di prevenzione e benessere.

SPORT TERAPIA INTEGRATA intende diventare il principale modello di riferimento a livello nazionale per il raggiungimento del benessere psicofisico degli adulti e over 65, nonché alla riabilitazione ed alla prevenzione per il recupero di numerose patologie, come quelle oncologiche, quelle legate al normale processo di invecchiamento della persona, o come quelle di carattere psichiatrico e/o psicologico tipiche della società moderna.

I corsi, infatti, sono strutturati secondo una modalità formativa adatta a tutti e con il solo fine di aumentare il benessere e la generale qualità di vita dei partecipanti.

Lo svolgimento dell'attività coinvolge le Società remiere affiliate alla FIC su tutto il territorio nazionale, ed è previsto da febbraio a dicembre 2023 (escluso il mese di agosto), con un minimo di lezioni da 2 ore a settimana.

