AbruzzoWeb
Tutte le notizie d'Abruzzo a portata di click

L'AQUILA CITTÀ EUROPEA DELLO SPORT 2022: STREET FITNESS, APPUNTAMENTI DA FEBBRAIO A OTTOBRE

22 Febbraio 2022



L'AQUILA – Al via sabato prossimo, 26 febbraio, il programma di Street Fitness dell'Asd Centro Studi My Gym dell'Aquila nell'ambito del programma di L'Aquila Città Europea dello Sport 2022.

Il progetto, nato da un'idea dell'istruttrice ed insegnante di educazione motoria Katia Salute e della giornalista e storica dell'arte Angela Ciano, è sostenuto dalla Fondazione Carispaq. Il progetto ha preso il via nel settembre 2019 ed ha avuto subito un importante riscontro sia per la novità che introduce sia perché la pandemia ancora in atto ha facilitato la crescita di attività outdoor come questa.

Al passo di "Street Fitness – fai respirare la tua mente" è un'esperienza unica in Italia, perché si cammina e si fa esercizio fisico per le vie del centro storico dell'Aquila scoprendo o ricoprendo la storia e il patrimonio artistico della città. Dunque un'attività fisica, modulabile su qualsiasi persona e grado di allenamento, che regala salute e cultura legando al benessere dell'attività sportiva quello della conoscenza del proprio territorio.

Il programma di attività di fitness è aperto a tutti donne e uomini, persone più allenate meno e per niente, prevede cinque itinerari storico– artistici: il percorso dei Quarti; tra i Monumenti più noti; alla scoperta di Borgo Rivera; il Quarto di Santa Giusta e L'Aquila Contemporanea; la durata di ognuno varia da un minimo di un'ora ad un massimo di un'ora e mezza.

Per quanto riguarda le iniziative inserite nel cartellone di L'Aquila Città Europea dello sport 2022 si parte come detto sabato prossimo 26 febbraio ore 10.30 con il percorso dei Quarti e si procederà con gli altri itinerari il 12 e 26 marzo; il 9 e 30 aprile;14 e 28 maggio; il 27 agosto con un programma legato alla Perdonanza Celestiniana; il 17 settembre; 1 e 15 ottobre. Essendo un'attività all'aperto queste date sono soggette a spostamento in base al meteo.

Per prenotarsi basta andare sulle pagine sociale (Facebook ed Instagram) della Asd My Gym dell'Aquila.

"L'idea è nata per caso nel 2018 – spiegano le due ideatrici Katia Salute ed Angela Ciano – negli spogliatoi della palestra My Gym dell'Aquila, e dall'esigenza di dare impulso allo sport all'aperto, in tempi pre pandemia tra l'altro, ma anche dalla necessità di far conoscere alle persone la nostra storia e i nostri bellissimi monumenti per riallacciare quel legame con la propria città che il sisma aveva drammaticamente spezzato. Da lì l'appoggio dell'Associazione My Gym che ci ha supportato nella fase della realizzazione e poi con il sostegno della Fondazione Carispaq che ci ha permesso di fare il primo indispensabile investimento. Adesso siamo alla terza edizione e siamo grate che questa iniziativa possa far parte di un programma di prestigio come quello dell'Aquila Città Europea dello Sport 2022"

"Abbiamo sostenuto subito questa idea perché è un nuovo modo di fare sport – spiega Concetta Milanese, presidente dell'ASD Centro Studi My Gym – nella consapevolezza che mai come in questo momento di pandemia abbiamo riscoperto la bellezza della pratica sportiva all'aria aperta; ma anche perché noi aquilani abbiamo bisogno di ritrovare la storia e le bellezze della nostra città che sono, più che mai, le nostre radici e l'identità di ognuno di noi. Senza contare che questa attività è anche un valido strumento di promozione turistica del nostro territorio".

"Street Fitness è un'iniziativa che tutti noi abbiamo preso subito in considerazione – dichiara Francesco Bizzarri, presidente Comitato Esecutivo L'Aquila Città Europea dello Sport 2022 – per il fatto che abbina attività fisica e conoscenza delle meraviglie della nostra città che è risorta. Quindi è stato facile per noi inserirlo nel programma generale della nostra iniziativa, tenendo presente che ci darà delle grosse soddisfazioni perché c'è molto interesse nel rivedere L'Aquila e conoscere la sua rinascita. Questa iniziativa è unica in Italia proprio perché unisce l'aspetto culturale all'attività fisica e da risalto alla nostra città ma anche a nuove professioni e poi c'è il fatto non secondario che è un'iniziativa tutta al femminile, pensata e realizzata da donne il che ci dimostra, ancora una volta, che le donne hanno una marcia in più nel pensare e portare avanti i loro progetti".

"Crediamo in questo progetto piccolo – aggiunge Domenico Taglieri, residente della Fondazione Carispaq – ma di grande impatto sullo stile di vita dei cittadini, molti dei quali potranno coniugare la passione per l'attività sportiva alla necessità di conoscenza della loro città. La Fondazione Carispaq lavora da sempre, attraverso progetti propri o sostenendo quelli terzi, alla valorizzazione e promozione turistica del suo territorio di riferimento, lo scorso anno abbiamo promosso un importante bando per lo sviluppo del turismo esperienziale nella consapevolezza che il ricco sistema culturale della Provincia dell'Aquila rappresenti un'importante risorsa che può diventare un volano della crescita economica e sociale del territorio in un contesto particolarmente difficile".

Alla conferenza stampa odierna hanno partecipato anche Vito Colonna assessore allo sport del Comune dell'Aquila e David Iagnemma Segretario Generale Fondazione Carispaq

© 2026 Abruzzo Web Enfasi srl - Quotidiano digitale registrato presso il Tribunale dell'Aquila con decreto n°501 del 2 settembre 2003
Iscrizione al ROC n. 26362 - P.IVA 01812420667
Direttore responsabile Berardo Santilli