



L'Asd RunRivieraRun (Finale Ligure e Pietra Ligure le sue "Case") nasce nel 2015 non solo come Società sportiva di Running e Walking, ma con lo scopo di migliorare, attraverso lo Sport, la qualità della vita delle persone.

Da qui prende forma e vita il Progetto "Socializzazione e Benessere", con l'obiettivo di conoscere se stessi e gli altri attraverso l'attività fisica e lo fa mediante lo strumento delle **Chicchiricchì Run**, gli Allenamenti di Gruppo, che coinvolgono atleti, famiglie, bambini.

Le parole chiave sono: Inclusione sociale ed Invecchiamento attivo, Benessere psicofisico, Prevenzione e Socializzazione.

Ecco così che Pietra Ligure, Finale Ligure, Borgio Verezzi, Bordighera, Loano, Sestri Levante e Ivrea diventano, di volta in volta, luoghi per momenti di aggregazione, non perdendo mai di vista lo scopo sociale ed educativo di questi Happening, vedi ad Ivrea dove il Progetto diventa strumento di collaborazione con il Polo Formativo Universitario Officina H.

E all'interno del Mondo RunRivieraRun si plasma e prende vita la WalkRivieraWalk, la sezione dei Camminatori, persone di ogni età che si danno degli obiettivi, programmano anche gare (vedi nel 2015 la New York City Marathon o nel 2017 La Maratona di Atene), ma che non perdono mai di vista lo Sport, in questo caso la Camminata, come prevenzione delle malattie, star bene con il proprio corpo e con gli altri, combattere la sedentarietà attraverso la creazione di un Gruppo che crei relazioni anche al di fuori della sola attività sportiva.

Una o due uscite settimanali aperte a tutti, dai più giovani ai più anziani con genitori e famiglie, adulti con la consapevolezza di curare la propria salute o magari invitati a praticare la camminata dal proprio medico curante; persone che hanno necessità dell'attività fisica per migliorare o prevenire delle patologie, per la riabilitazione, per tutto ciò che diventi migliorativo per il proprio benessere psico-fisico. Oppure che abbiano esclusivamente il desiderio di far parte di un Progetto, di conoscersi, di condividere esperienze e situazioni.

Anche per questo ogni Giovedì sera è importante il momento che unisce lo Sport (la Camminata) a quello ludico (la Pizza insieme e la condivisione).

Per informazioni scrivere a info@runrivierarun.it o telefonare allo 019.6898607

You'll never Walk alone!