

BUJA

Ginnastica e passeggiate nuovo progetto per over 60

► BUJA

Se l'attività motoria, come insegnano i sanitari, è un toccasana per evitare in particolare le malattie cardiovascolari, Buja dà il suo esempio. Dopo la consistente attività organizzata l'anno scorso nelle diverse borgate dall'assessorato comunale alla sanità e al sociale, ora la località collinare farà da apripista al progetto "Sport è movimento e salute" promosso dalla Provincia di Udine in collaborazione con Università e Coni di Udine, la Fondazione Crup e il Gervasutta.

L'appuntamento è per le 18:30 di mercoledì 4 marzo

nella biblioteca comunale con una conferenza di presentazione a cura dei professori Guglielmo Antonutto e Claudio Bardini della facoltà di Scienze motorie, a cui seguiranno gli incontri di training l'11 e il 13 marzo, alle 17 nella palestra della scuola primaria, e il 21 marzo alle 15.30 nel parco cittadino. Lo stesso programma, in base a uno specifico calendario, verrà seguito anche negli altri Comuni aderenti, ovvero Tolmezzo, Codroipo, Palmanova, Cividale e Latisana. «L'obiettivo - spiegano gli assessori provinciali Beppino Govetto e Elisa Battaglia - è quello di stimolare gli Over 60 a dedicare un po' di tempo all'esercizio fisico facendo leva sull'importanza che riveste per la salute fisica e per il be-

nessere psicologico».

«Quella della Provincia, che ringraziamo - aggiunge l'assessore comunale Silvia Pezzetta - è una proposta che va a completare un'attività su cui come amministrazione abbiamo lavorato lo scorso anno e che ha avuto molto riscontro. Quest'anno le passeggiate ripartiranno a partire dal 25 marzo con partenza a Ursinins Piccolo per proseguire settimanalmente nel periodo estivo come l'anno scorso».

(p.c.)



Peso: 17%