



Comune di Bologna



Benessere
è Bologna



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA - ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Bologna

Istituto delle Scienze Neurologiche
Istituto di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico

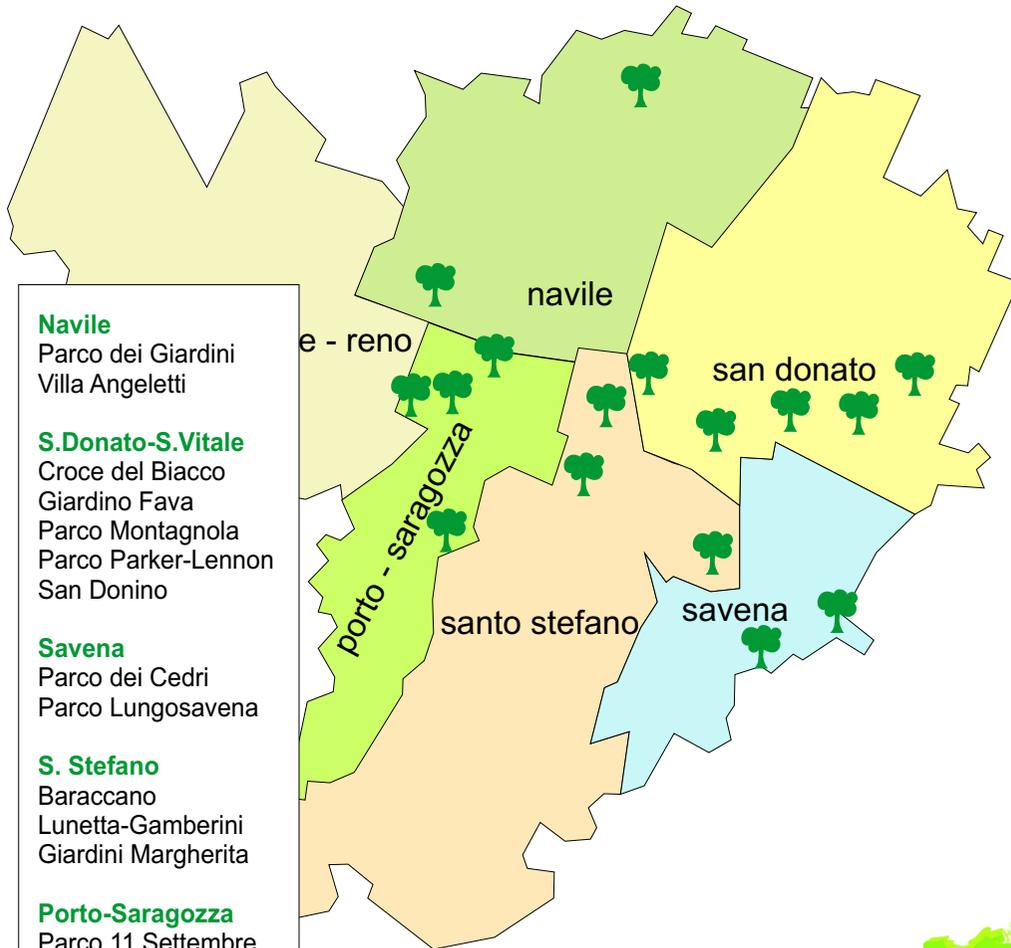
PARCHI IN MOVIMENTO 2019

Un'opportunità gratuita per fare movimento
nei parchi e nei giardini cittadini

Il progetto Parchi in Movimento ha l'obiettivo di diffondere la buona pratica del movimento e dell'attività motoria all'aperto per promuovere la salute e il benessere per i cittadini di tutte le età.

Il Comune di Bologna, in collaborazione con il Dipartimento di Sanità Pubblica dell'Ausl di Bologna, promuove il percorso di attività all'interno dei parchi e dei giardini pubblici della città, in stretta collaborazione con società, associazioni ed enti del territorio.

Per partecipare ai corsi è indispensabile dotarsi di copertura assicurativa, attraverso l'adesione alle società/Enti di promozione sportiva proponenti, corrispondendo loro una tantum la quota richiesta.



Navile

Parco dei Giardini
Villa Angeletti

S. Donato-S. Vitale

Croce del Biacco
Giardino Fava
Parco Montagnola
Parco Parker-Lennon
San Donino

Savena

Parco dei Cedri
Parco Lungosavena

S. Stefano

Baraccano
Lunetta-Gamberini
Giardini Margherita

Porto-Saragozza

Parco 11 Settembre
Ex Velodromo
Villa Ghigi
Parco Melloni



www.comune.bologna.it/sport

AICS (051 503498)

PARCO VILLA ANGELETTI - Q.RE NAVILE

Pilates 4 Fun (via De Carracci)

Lunedì dalle 19.00 alle 20.00 - Giovedì dalle 11.30 alle 13.30

dal 3/6/19 al 21/7/19

GIARDINI MARGHERITA - Q.RE S. STEFANO

Sunrise run corsa leggera (p.le Jacchia)

Martedì dalle 7.30 alle 8.30

dal 3/6/19 al 4/8

Yoga nel Verde (p.le Jacchia)

Lunedì e Martedì dalle 10.00 alle 12.00

dal 3/6/19 al 13/10/19

periodo di sospensione dal 12/8 al 25/8

Fit 4 Mum (p.le Jacchia)

Lunedì e Giovedì dalle 9.00 alle 11.00

dal 3/6/19 al 13/10/19

periodo di sospensione dal 29/7 al 11/8

PARCO DEI CEDRI - Q.RE SAVENA

Preparazione atletica di base (stazione 11-12 percorso natura)

Martedì e Giovedì dalle 9.00 alle 10.00

dal 3/6/19 al 29/9/19

periodo di sospensione dal 5/8 al 18/8

Green Qi Gong (ingresso via Longo)

Martedì e Giovedì dalle 8.00 alle 9.00

dal 3/6/19 al 13/10/19

periodo di sospensione dal 5/8 al 18/8

PARCO DEI GIARDINI - Q.RE NAVILE

Camminata Posturale (p.le Associazione Cà Bura)

Martedì dalle 18.00 alle 19.00 Giovedì dalle 9.00-10.00

dal 3/6/19 al 4/8/19

PARCO EX VELODROMO, Q.RE PORTO-SARAGOZZA

Danza Over (via Pasubio)

Martedì e Giovedì dalle 9.30 alle 10.30

dal 3/6/19 al 28/7/19

GIARDINO MARTIRI CROCE DEL BIANCO

Q.S.VITALE-S.DONATO

Jumping Cross Parkour (area Pakour)

Lunedì e Mercoledì dalle 15.00 alle 17.00

dal 3/6/19 al 13/10/19

periodo di sospensione dal 22/7 al 4/8

PARCO LUNGO SAVENA - Q.RE SAVENA

Libertà di Movimento (centro anziani Casa del Gufo)

Martedì e Giovedì dalle 17.00 alle 19.00

dal 3/6/19 al 29/9/19

periodo di sospensione dal 22/7 al 4/8

GIARDINI DEL BARACCANO - Q.RE S.STEFANO

Allenamento funzionale (viale Gozzadini)

Lunedì e Giovedì dalle 15.00 alle 16.00

dal 3/6/19 al 13/10/19

periodo di sospensione dal 29/7 al 11/8

Ginnastica dolce (viale Gozzadini)

Mercoledì dalle 9.00 alle 11.00

dal 3/6/19 al 21/7/19

BA GUA ZHANG (339 3429216)

GIARDINI MARGHERITA, Q.RE S.STEFANO

Kung Fu al Parco salute e difesa (palestra scuole Fortuzzi)

Martedì e Giovedì dalle 19.00 alle 20.00

dal 3/6/19 al 27/10/19

periodo di sospensione dal 29/7 al 25/8

Kung Fu ragazzi (palestra scuole Fortuzzi)

Martedì e Giovedì dalle 18.00 alle 19.00

dal 3/6/19 al 27/10/19

periodo di pausa dal 29/7 al 25/8

BUDOKAN Institute (339 3429216)

PARCO V. MELLONI - Q.RE PORTO-SARAGOZZA

Yoga nel Parco (area giochi bimbi)

Martedì e Giovedì dalle 18.30 alle 19.30

dal 1/7/19 al 28/9/19

periodo di sospensione dal 11 al 18/8

ASD. GENIUS (342 8476669)

PARCO DELLA MONTAGNOLA - Q.RE S.STEFANO - S.VITALE

Pilates & Cardio Pilates (bar del parco)

Martedì e Giovedì dalle 19.00 alle 20.00

dal 3/6/19 al 28/7/19

Hatha Yoga (bar del parco)

Lunedì e Mercoledì dalle 19.00 alle 20.00

dal 1/7/19 al 31/7/19

A.P.S. GIOVANI NEL TEMPO (051 818394)

PARCO DEI GIARDINI - Q.RE NAVILE

Corpo e Mente in movimento per restare giovani nel Tempo

ginnastica dolce (via dell'Arcoveggio)

Martedì e Giovedì dalle 9.30 alle 11.00

dal 3/6/19 al 29/9/19

periodo di sospensione dal 12/8 al 25/8

IN LAK'ECH (348 2558149)

PARCO 11 SETTEMBRE 2001 - Q.RE PORTO-SARAGOZZA

Hatha Yoga (via Azzo Gardino)

Martedì e giovedì dalle 8.00 alle 9.00 e dalle 19.30 alle 20.30

dal 1/7 al 29/9 - periodo di sospensione dal 1/8 al 31/8

Tai chi Qi Gong (via Azzo Gardino)

Venerdì e Sabato dalle 19,00 alle 20,00

dal 3/6/19 al 27/10/19

periodo di sospensione dal 18/8 al 31/8

M'OVER WALKING (335 7853622)

PARCO DEI CEDRI, Q.RE SAVENA

Muoversi fa bene, a passo di Nordic Walking

in compagnia fa meglio (ponte di legno)

dal 3/6 al 26/10

Giugno - Settembre - Ottobre

Martedì dalle 18.00 alle 20.00 - Sabato dalle 9.30 alle 11.30

Luglio e Agosto

Martedì e Giovedì dalle 18.00 alle 20.00

periodo di sospensione dal 12 al 25/8

LEAF ASD (335 6910173)

GIARDINI MARGHERITA, Q.RE S.STEFANO

Cammina con noi ai Giardini Margherita

(Baraccano Casa delle Associazioni)

Lunedì dalle 17.30 alle 19.30 Sabato dalle 10.00 alle 12.00

dal 3/6/19 al 27/10/19

periodo di sospensione dal 4 al 18/8

POL. S.DONNINO (051 6331641 - 3294126521)

PARCO S.DONNINO, Q.RE S.DONATO-S.VITALE

Ginnastica dolce ed energetica (davanti alla casa del parco)

dal 3/6/19 all'11/8/19

Martedì e Giovedì dalle 18.00 alle 19.00 e dalle 19.00 alle 20.00

dal 26/8/19 al 22/9

Martedì e Giovedì dalle 17.30 alle 18.30 e dalle 18.30 alle 19.30

periodo di sospensione dal 12/8 al 25/8

POL. PONTEVECCHIO (051 6231630)

PARCO LUNETTA GAMBERINI, Q.RE S.STEFANO

Ginnastica Stretching camminata (palestra Moratello)

dal 3/6 al 30/6 Lunedì e Mercoledì dalle 10.00 alle 11.00

dal 1/7 al 31/7 Lunedì e Mercoledì dalle 9.00 alle 10.00

dal 19/8 al 2/10 Lunedì e Mercoledì dalle 9.00 alle 10.00

periodo di sospensione dal 1/8 al 18/8

SPORTFUND (348 6625386)

VILLA GHIGI, Q.RE PORTO-SARAGOZZA

In cammino per il wellness (ingresso S.Mamolo chiosco gelati)

Martedì e Giovedì dalle 17.30 alle 19.30

dal 3/6/19 al 20/10/19

periodo di sospensione dal 5/8 al 18/8

TEAM SPORT (328 3218919)

GIARDINI PARKER-LENNON - Q.RE S.DONATO

Due calci tra amici... (chiosco al centro del parco)

dal Lunedì al Giovedì dalle 17.30 alle 18.30

dal 3/6/19 al 27/10/19

periodo di sospensione dal 12/8 al 18/8

GIARDINO FAVA - Q.RE S.DONATO

Al parco mi muovo e mi diverto (giostra al centro del parco)

dal Lunedì al Giovedì dalle 17.30 alle 18.30

dal 3/6/19 al 27/10/19

periodo di sospensione dal 12/8 al 18/8

UNIVERSAL SPORT (3292317565)

PARCO DELLA MONTAGNOLA - Q.RE S. DONATO-S.VITALE

Dribbiamo la pigrizia...calcio in Montagnola

dal Lunedì al Giovedì dalle 14.30 alle 15.30

dal 3/6/19 al 30/10/19

periodo di sospensione : dal 12 al 18 agosto

U.S. ACLI (051 0987719)

PARCO EX VELODROMO - Q.RE PORTO-SARAGOZZA

Cammina al Velo

Martedì e Giovedì dalle 17.30 - 19.30

dal 3/6/19 al 27/10/19

periodo di sospensione dal 5/8 al 18/8