



UISP Comitato Bologna  
via dell'Industria 20 - 40138 - Bologna  
tel. 051-60.13.511 - www.spazidisport.it

Prof. **Fabio Casadio**

**COSTRUIRE in Project S.r.l.**

società di ingegneria - www.costruireinproject.it  
via delle Monache, 2 - 41057 Spilamberto (MO) - tel.059-78.54.22

Ing. **Luciano Rizzi** (a.d.) - rizzi@costruireinproject.it

5TH ANNUAL MEETING  
OF HEPA EUROPE

rete europea per la promozione  
della salute e migliorare l'attività  
fisica è un progetto dell'O.M.S.

11-12 NOVEMBER 2009  
BOLOGNA - ITALY



# **CORRIERE DEL MOVIMENTO**

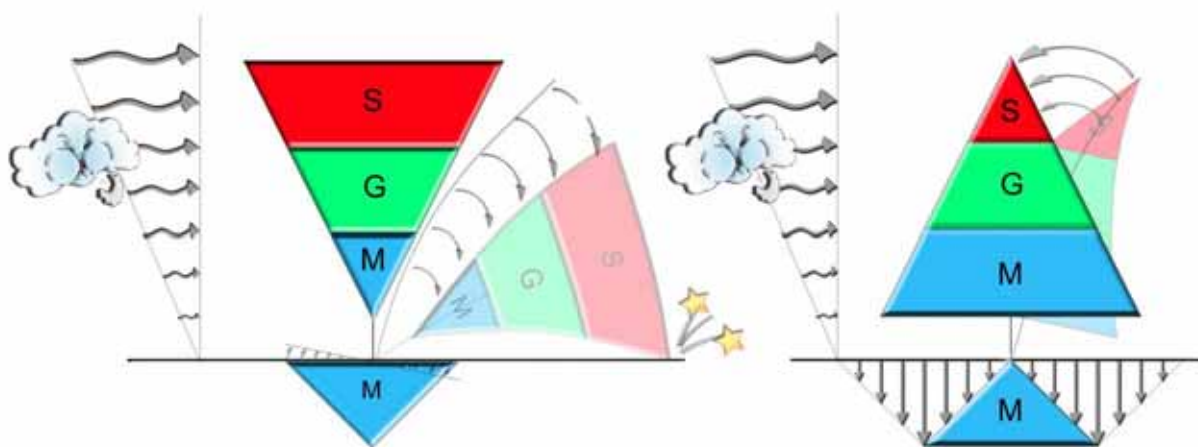
*.....per stare bene!*

SPAZI di SPORT (UISP) con il "corriere del movimento ... per stare bene" inizia oggi la presentazione e la divulgazione di quanto è stato fatto.

Il progetto "corriere del movimento ... per stare bene" verrà inviato, tramite mail a tutte le sedi della UISP in Italia con cadenza possibilmente settimanale (al lunedì) e ogni numero conterrà un solo articolo.

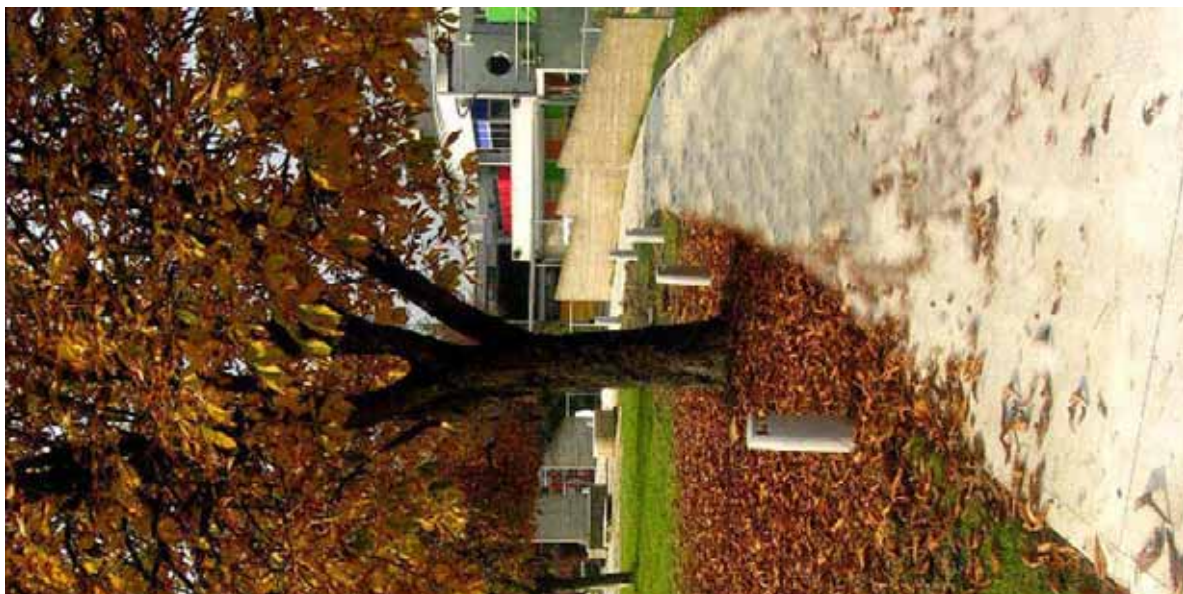
Ing. Luciano Rizzi (Capo Progetto "tecnico" di SPAZI di SPORT)

N° 4 - lunedì 4 gennaio 2010



## **Volume 3 (LINEE GUIDA TECNICHE) – capitolo 2 DAL PROGETTO POLITICO AL PROGETTO TECNICO**

I CONTENITORI PER I NUOVI CONTENUTI



..... per tutta la vita



Pedala, nuota e cammina





**Progetto movimento**



**Progetto movimento**



# PROGETTO



# MOVIMENTO



*"Nuota, corri e pedala"* per ogni comune d'Italia



## Le età della vita

Fascia 0-3	Fascia 4-6	Fascia 7-9	Fascia 10-14	Fascia 15-18	Fascia 19-25	Fascia 26-59	Fascia 60 e oltre
<i>Primo nuotabado</i>	<i>Attiva, corre e nuota per fare sport giovanile</i>	<i>Dal gioco allo sport</i>	<i>Dal singolo al gruppo, gli sport con la palla</i>	<i>Un pallone qualsiasi: si si si specializza o si abbandona</i>	<i>Si si arriva al vertice o si passa a un altro sport/attività</i>	<i>Tenacità in forma</i>	<i>... e continuano a nuotare, correre e pedalare</i>

	<i>per una corretta postura e per il controllo del peso</i>		<i>per una buona resistenza di fondo</i>		<i>per rimanere in salute</i>
--	---	--	--	--	-------------------------------

