

I FITWALKERS ALLA STRATORINO

Torino, 8 novembre 2011

Il Fitwalking incontra la Stratorino. In occasione dei 150 anni dell'Unità d'Italia, che quest'anno vedranno convergere la Stratorino, la Turin Marathon e la Junior Marathon, un gruppo di "fitwalkers", composto da fitwalkingleaders, dipendenti e pazienti delle Aziende Sanitarie To1 e To2, parteciperà alla Stratorino 2011.

Il 13 novembre prossimo, assieme alle tante persone che cammineranno e correranno lungo le vie cittadine per l'annuale appuntamento con la Stratorino, ci saranno anche i "camminatori" del Centro di Cammino Terapia diretto dal servizio di Medicina dello Sport con la collaborazione della Scuola di Cammino dei fratelli Damilano per utilizzare il fitwalking come strumento di terapia e promozione dell'attività fisica all'interno delle Asl.

"Quest'anno, visti i benefici riscontrati nell'Asl To1 - spiega il dr. Giacomo Manuguerra, commissario delle Asl To1 e To2 -, il progetto fitwalking è stato esteso anche all'Asl To2, nell'ambito del percorso di unificazione tra le aziende sanitarie cittadine".

"L'organizzazione della Stratorino - continua il dr. Giuseppe Parodi, responsabile della Medicina dello Sport -, è rimasta favorevolmente impressionata dall'applicazione concreta delle attività fisico-sportive in ambito sanitario. Ha accolto con favore la nostra partecipazione di gruppo, invitandoci a indossare durante la manifestazione la maglietta del Centro di Cammino Terapia quale messaggio sul valore del rapporto salute-sport".

Dal 2009 lo strumento del fitwalking, viene utilizzato anche per avviare l'esercizio-terapia a favore di pazienti di servizi medici aziendali impegnati nella cura di patologie che beneficino di una regolare attività fisica, come i diabetici, gli spichiatrici o gli ipertesi. Il fitwalking è infatti adatto a tutti, dai bambini agli anziani, dalle donne incinta ai convalescenti e non richiede uno sforzo economico.