

Una Vita ... di corsa!

Come mai tutta una vita
Dietro cosa?

Introduzione: **Michele Gregoraci**

Presidente Associazione Filippide Runners Team ASD-
Responsabile dello sport "Per Cambiare Frascati"

Soliti: **Saverio Salvagno**

Coordinatore "Per cambiare Frascati"

Moderatore: Prof. **Luciano Giovannini**

Interverranno:

Matteo Simone psicologo e scrittore

Luca Denai Dott. Osteopata

Carlo Tuzzi ex primatista italiana 100 e 60 mt ostacoli

Di Paolo Sandro Tecnico Nazionale Specialista

Mezzofondo dal 1980

Ilaria Conte Biologo-Nutrizionista

Luciano Duchi Presidente mezza maratona Roma Ostia

Massimiliano Tallarico vice presidente ASD Frascati

Schema

VI ASPETTIAMO SABATO 18 MAGGIO ALLE ORE 18,00 PRESSO IL

CENTRO SPORTIVO LE COLLINE

Via Fontanelle Del Piccolo 34 - 00044 Frascati (RM)

Concluderemo con un piccolo aperitivo



A Frascati l'evento "Una vita...di corsa!"aa

“Una vita...di corsa”, un evento in cui si vogliono raccontare molteplici sfaccettature della corsa e dello sport in generale.

Si parlerà di sport non solo come esercizio fisico ma come attività che promuove il benessere psicofisico nella sua totalità: la corsa come compagna nella vita, con la quale si può approfondire la conoscenza di se stessi stessi, si affronta e si gestisce la fatica, che non si teme ma diventa addomesticabile e amica, e che permette di raggiungere i propri obiettivi, con impegno e fiducia.

L'evento, organizzato da Michele Gregoraci responsabile dello sport di Per cambiare Frascati e Presidente di Filippide Runners Team si terrà sabato 18 maggio alle ore 18:00 presso il centro sportivo Le Colline.

Se ne parlerà con esperti dello sport, del benessere e della nutrizione. Vi aspettiamo!” Lo rendono noto gli organizzatori.

[Read More](#)