



SPORTY MANTOVA

L'EVENTO DI CHI HA LO SPORT NEL CUORE

22 > 24 SETTEMBRE

30 SETTEMBRE

01 OTTOBRE

sportiva *mente*
MANTOVA
festival dello sport e del benessere



Con il contributo di



Con il Patrocinio di



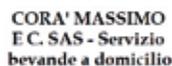
Organizzato da



In collaborazione con



Si ringraziano



MANTOVA CITTÀ D'ARTE E DI CULTURA



Sporty Mantova è un evento dedicato allo sport in tutte le sue varianti che si svolgerà a Mantova nei giorni 22-23-24-30 settembre e 01 ottobre 2017. La manifestazione nasce con l'obiettivo di raggruppare, in un unico grande evento, tutte le più prestigiose iniziative sportive che si svolgono nel territorio del Comune di Mantova. La kermesse, infatti, vuole essere un punto di riferimento sportivo a 360°: attività aperte a tutti che riguardano differenti discipline, aziende che propongono le ultime novità del settore sportivo, prodotti per il benessere e servizi dedicati, seminari, workshop; il tutto disseminato nei punti strategici della città.

**Consulta il sito www.sportymantova.it
e la pagina Facebook Sportymantova**

ORGANIZZATO DA

Mantova Tourism in collaborazione con Mantova Meeting e A.S.D. Creattiva, **con il sostegno di Comune di Mantova - Servizio Sport.**

Mantova Tourism è una associazione di imprese che rappresenta società alberghiere, agenzie di viaggi, tour operator di incoming, trasporti, ristorazione, catering, guide turistiche, aziende di comunicazione e di servizi. Obiettivo è la conoscenza del territorio mantovano, delle sue caratteristiche culturali, turistiche, sportive e ambientali.

Mantova Meeting è specializzata nel settore organizzativo. Il suo punto di forza è una rinnovata, eterogenea e flessibile equipe, che annovera esperienze professionali diverse in ambito congressuale, museale, dell'organizzazione di eventi, traduzioni ed interpretariato.

A.S.D. Creattiva, è costituita da un gruppo di professionisti con competenze multidisciplinari. Fondata e diretta dalla dott.ssa Rita Botticelli, specializzata in Scienze della Comunicazione, CREATTIVA ha saputo conquistare negli anni un ruolo di primo piano nella realizzazione di eventi sul territorio lombardo, grazie a competenza, affidabilità e professionalità che le ha permesso una proficua collaborazione con Istituzioni ed Enti.

Il Programma

DA SABATO 2 SETTEMBRE A DOMENICA 10 SETTEMBRE

CANOTTIERI MINCIO

CAMPIONATI ITALIANI UNDER 16 TENNIS

22 SETTEMBRE **CANOTTIERI MINCIO**

Dalle ore 17.45 alle ore 20.15 - **SPORTIVAMENTE MANTOVA** e **ASST MANTOVA** presentano il workshop **"Alleniamoci al benessere"** - Riflessioni su sport, alimentazione, salute e benessere fisico e mentale. *Ospiti: Veronica Yoko Plebani e Daniele Cassioli* - Atleti Paralimpici.

Con la partecipazione del Campione di valori mantovano *Marco Sguaitzer*.

Modera il giornalista: Marino Bartoletti.

Ore 20.00 - **CONVIVALITÀ TRA GUSTO E SALUTE.**

BOSCO VIRGILIANO

Dalle ore 15.00 alle ore 18.00 - **ORIENTEERING** - Percorso predefinito alla ricerca di punti di controllo su percorso segnalato in cartina (UISP) - Aperto a tutti - Iscrizioni: Nordic Walking Virgiliano al numero 328.0947548 Stefano.

23 SETTEMBRE **PIAZZA VIRGILIANA - MANTOVA BIKE FESTIVAL**

Apertura dalle ore 14.00 alle ore 22.00 – Ingresso gratuito



Ore 14.00 - **"CICLOTUR VIRGILIANO NELLE TERRE TRA IL MINCIO E IL PO"**

Quota partecipazione: 10 euro - **Evento in collaborazione con Gli Scarponauti.**

Partendo da Mantova si percorrono gli argini del Mincio passando dal Forte di Pietole fino ad Andes; da qui si prosegue nell'entroterra attraverso Campione e Borgo Vignale sino a giungere a San Nicolò Po. Si prosegue sugli argini del grande fiume sino ad arrivare a Governolo, punto di incontro del Mincio con il Po. Sosta presso Ostello dei Concarì. Ritorno in pullman con carrello portabici.

Partenza: ore 14.00 da Piazza Virgiliana - **Lunghezza:** Km 30 - **Tempi:** 3h soste escluse

Difficoltà: facile, adatto a tutti, bambini dai 10 anni.

INFORMAZIONI TECNICHE: **Partecipanti:** minimo 17 massimo 30 (ulteriori adesioni verranno confermate in presenza di una seconda guida). **Noleggio Biciclette:** su richiesta (escluso dalle quote di partecipazione): entro il 20 settembre contattando Mantova Bike Experience - info@mantovabikexperience.com - tel. 338.1208689 Stefano.

Si raccomanda, a chi intende portare la propria bici, di provvedere in anticipo ad un attento check-up del mezzo e di portare con sé una camera d'aria di scorta. Si consiglia di indossare il casco. **Iscrizioni:** presso InfoPoint Rigoletto dal 5 al 22 settembre 2017 Piazza Sordello 23 a Mantova - 0376/288208 E-Mail: info@infopointmantova.it - Aperto tutti i giorni dalle 9.00 alle 18.00



Ore 15.00 - **GIMKANA - MANTOVA BIKE FESTIVAL** - per bambini dai 5 agli 11 anni -

Divertente percorso ad ostacoli cronometrato per bambini dai 5 agli 11 anni suddivisi in categorie in base all'età. Al termine "Ciclo-Premi" offerti dalla Città del Sole di Mantova e merenda con il budino San Martino. Aperto a tutti. Partecipazione gratuita. Iscrizioni in loco o al n. 347 1949048.

Evento organizzato in collaborazione con Milan Club Castel Goffredo.



Ore 17.30 - SPORT SENZA OSTACOLI: "DUE RUOTE PER L'INCLUSIONE"

MANTOVA BIKE FESTIVAL - POLISPORTIVA ANDES H – U.I.C.I.

Percorso cittadino con bici speciali, per vivere un'esperienza di inclusione a "più colori". L'iniziativa mira a promuovere la pratica sportiva integrata tra disabili e normodotati in un'ottica di scambio esperienziale che invitiamo tutti a sperimentare e sostenere. Il percorso è aperto ed accessibile a tutta la cittadinanza, con qualsiasi tipo di bicicletta. **Partenza e arrivo in Piazza Virgiliana.**

Ritrovo: presso Infopoint Mantova Bike Festival e gazebo U.I.C.I. Partenza prevista per le ore 18.00. **Per informazioni ed iscrizioni:** In loco - Mirella Gavioli, Presidente U.I.C.I. cel. 333.92.81.815 - Monica Perugini, Presidente Polisportiva Andes H cel. 331.794.34.47

Dalle ore 15.00 alle ore 18.30

- **TAMBURELLO (CSI)** - Aperto a tutti - Iscrizione in loco
- **CICLOTAPPO (CSI)** - Aperto a tutti - Iscrizione in loco
- **BILIARDINO UMANO (CSI)** - Aperto a tutti - Iscrizione in loco - Qualificazioni
- **RUGBY DI STRADA (QuiSport)** - Partecipazione libera

Ore 18.30 - Presentazione della squadra di pallacanestro **DINAMICA - STINGS**

Ore 19.30 - ABEO'S GOT TALENT: ospiti d'onore **Gaia e Julia Rose**

A seguire **BALLI WESTERN**

LUNGOLAGO GONZAGA - SPORTIVAMENTE MANTOVA

Dalle ore 10.00 alle ore 18.30 - FITNESS - SPORT - MOVIMENTO - ARTI MARZIALI - DANZA CON LE ASSOCIAZIONI SPORTIVE DEL TERRITORIO. PILLOLE DI... Incontri sul tema della salute, del benessere e dei valori dello sport con i professionisti della salute e i campioni di sport e di vita.

Quattro palchi sui quali si alterneranno i presenter che coinvolgeranno in maniera attiva il pubblico nella prova delle principali discipline. Una pedana con tatami dove si svolgeranno esibizioni e piccoli spettacoli.

LE PROPOSTE

• **Dalle ore 10.00 - A TUTTO FITNESS:**

Spinning (Paolo - Millennium) - Group cycling (Otium) - Balla & brucia heels (Marcela) - Reggaetone (Sara Sbronzeri) - Superjump (Greta - Millennium) - Body Tonic (Alessia - ASD Fisicamente) - Welldance (Otium) - Step Coreo (Antonio Bortolotti) - Reejam (Antonio Bortolotti) - Fly Board Functional (Barbara) - Fly Board Olistic (Barbara) - Body Weight (Otium) - Cardio Fit Tonic (Maci - Millennium) - Afro cubano (Cristian) - Thai Fit Shao (Maximilian) - Ginnastica Dinamica Militare (Mattia) - Fit boxe (Massimiliano) - Thai Fit Kombact (Maximilian) - Zumba (Sara) - Pilates (Otium) - Pound (Greta - Millennium) - Reejam (Sara Sbronzeri) - Superjump Baby (Greta - Millennium) - Fiwalk (Nazzareno Marongiu).

• **Dalle ore 10.00 alle ore 16.00 - "GIOCOSPORT",** organizzato da Sportivamente Mantova con i ragazzi delle scuole.

• **Ore 10.00 - FESTA E MOMENTO RISTORO CON "LA CAMMINATA DELLA SALUTE",** camminata non competitiva guidata da **Stefano Fazion**, responsabile struttura Diabetologia e Malattie metaboliche ASST Mantova in collaborazione con Nordic Walking Mantova.

• **Ore 11.00 - SPORTIVAMENTE - PILLOLE DI... "LA DISCIPLINA E LA REGOLA DEI VALORI, NELLO SPORT".** **Relatori:** **Paolo Lusvardi**, Campione Mondiale di Karate-do Ottavo Dan, **Luca Passarotti** Associazione Italiana Arbitri, **Tenente Dott. Butera Nicola**, Esercito Italiano.

- 23 SETTEMBRE**
- Ore 15.00 - SPORTIVAMENTE - PILLOLE DI... "LA MEDICINA CHE VORREMMO: SPIRITO, ANIMA E CORPO SANI PER UNA SOCIETÀ SANA". **Relatori:** *Dott. Ezio Sblendorio* medico, fisiatra, agopuntore, esperto in medicina dell'età evolutiva, della nutrizione e dello Sport - *Tenente Dott. Nicola Butera*, Esercito Italiano - *Dott.ssa Chiara Bassi*, Nutrizionista ASST Mantova
 - Ore 16.00 - SPORTIVAMENTE - PILLOLE DI... "LA SCIENZA DELLA BELLEZZA. DOMANDE E RISPOSTE PER UNA BELLEZZA CONSAPEVOLE". **Relatori:** *Dott. Fabio Mascaro*, medico estetico, chirurgia laser - *Dott.ssa Emanuela Papa*, psicologa/psicoterapeuta, coach - *Dott.ssa Roberta Sereni*, giornalista freelance.

• Ore 17.00 - SPORTIVAMENTE - PILLOLE DI... "TRASFORMARE L'ACIDOSI DELLO SPORTIVO IN ALCALINITÀ SANA". **Relatore:** *Dott. Ezio Sblendorio* medico, fisiatra, agopuntore, esperto in medicina dell'età evolutiva, della nutrizione e dello Sport.

• Ore 21.00 - SPORTIVAMENTE MANTOVA – Festeggiando con il cuore presentano: 70/80 Disco Party – con gli Old Deejay di Mantova **ROBY BENETTI, ROBERTO RAO E STEFANO LIRO**. Una serata dei ricordi con musica e divertimento oggi come ieri.

CIRCUITO INTERNAZIONALE MOTOCROSS

Dalle ore 9.00 alle ore 17.00 - CAMPIONATI ITALIANI

- 24 SETTEMBRE**
-  **PIAZZALE MONTELUONGO - PALAZZO TE - MANTOVA BIKE FESTIVAL**
- Ore 8.00 - PERCORSO CICLOTURISTICO UNESCO "LA NUOVA SABBIONETA-MANTOVA"
Quota partecipazione: 10 euro - Evento in collaborazione con **Gli Scarponauti**.
La "città ideale" di Sabbioneta sarà il punto di partenza quest'anno del percorso in bicicletta fino a Mantova, durante la Settimana europea della Mobilità Sostenibile. Lungo ma piacevole percorso attraverso gli ambienti naturalistici e le testimonianze storiche del territorio con la nuova variante cicloturistica. A Sabbioneta, visita e assaggio speciale del "Convivium" il dolce rappresentativo di ERG 2017. **In collaborazione e con il sostegno del Comune di Mantova - CamminaMantova 2017.**
Partenza: ore 8.00 da Piazzale Montelungo – Palazzo Te con pullman riservato con carrello portabicli (incluso nella quota) - **Lunghezza:** Km 45 - **Tempi:** 4,5h soste escluse - **Difficoltà:** media, bambini dai 14 anni - **Pranzo (facoltativo):** a Corte Erbatici 15 euro cad.

INFORMAZIONI TECNICHE: Partecipanti: minimo 17 massimo 30 (ulteriori adesioni verranno confermate in presenza di una seconda guida). **Noleggio Biciclette:** su richiesta (escluso dalle quote di partecipazione): entro il 20 settembre contattando Mantova Bike Experience - info@mantovabikexperience.com - tel. 338.1208689 Stefano. *Si raccomanda, a chi intende portare la propria bici, di provvedere in anticipo ad un attento check-up del mezzo e di portare con sé una camera d'aria di scorta. Si consiglia di indossare il casco.* **Iscrizioni:** presso InfoPoint Rigoletto dal 5 al 22 settembre 2017 - Piazza Sordello 23 a Mantova - 0376/288208 - E-Mail: info@infopointmantova.it - Aperto tutti i giorni dalle 9.00 alle 18.00

-  **PIAZZA VIRGILIANA - MANTOVA BIKE FESTIVAL**
- Ore 8.30 - Percorso cicloturistico "DA MANTOVA A RIVALTA PER CAMPAGNE, BORGHI E SOSTE CULINARIE...". Quota partecipazione: 10 euro - Evento in collaborazione con **Gli Scarponauti**.
Suggestivo percorso in bici con partenza da Mantova sino a Rivalta sul Mincio. Si pedala lungo la ciclabile del Lago Superiore di Mantova, si attraversa Borgo Angeli e si prosegue sulla pista ciclabile sino al maestoso Santuario delle Grazie. Da qui, attraversando la tipica campagna mantovana tra filari, vigneti, frutteti e distese di campi coltivati si giunge a Rivalta, antico borgo di pescatori che si affaccia sul Mincio. Ritornando verso la città ci fermeremo per una sosta degustazione presso la fattoria sociale Cencio Molle, dove attenzione alla persona e all'ambiente vanno di pari passo.
Partenza: ore 8.30 da Piazza Virgiliana - **Lunghezza:** Km 35 (Andata e ritorno) - **Tempi:** 3,5h soste escluse - **Difficoltà:** facile, adatto a tutti, bambini dai 10 anni.

INFORMAZIONI TECNICHE: Partecipanti: minimo 17 massimo 30 (ulteriori adesioni verranno confermate in presenza di una seconda guida). **Noleggio Biciclette:** su richiesta (escluso dalle quote di partecipazione): entro il 20 settembre contattando Mantova Bike Experience - info@mantovabikexperience.com - tel. 338.1208689 Stefano. *Si raccomanda, a chi intende portare la propria bici, di provvedere in anticipo ad un attento check-up del mezzo e di portare con sé una camera d'aria di scorta. Si consiglia di indossare il casco.* **Iscrizioni:** presso InfoPoint Rigoletto dal 5 al 22 settembre 2017 - Piazza Sordello 23 a Mantova - 0376/288208 - E-Mail: info@infoPointmantova.it - Aperto tutti i giorni dalle 9.00 alle 18.00



Dalle ore 9.00 alle ore 20.00 – MANTOVA BIKE FESTIVAL - Ingresso gratuito

Dalle ore 9.00 alle ore 18.30

- **BILIARDINO UMANO (CSI)** - Aperto a tutti - Iscrizione in loco - qualificazioni
- **DODGEBALL (CSI)** - Aperto a tutti - Iscrizione in loco

Ore 9.00 - MantovaTEN (Quisport) - Corsa non competitiva di 10 km lungo le vie del centro e le piste ciclabili - Da piazza Virgiliana partirà la corsa non competitiva di 10 km attraverso le vie del centro e lungo le piste ciclabili del Parco del Mincio. L'arrivo sarà seguito da un rinfresco offerto a tutti i partecipanti. **Iscrizione** comprensiva di Pacco Gara (t-shirt, gadget e snack) ridotta a € 5 fino al 20/09 presso DECATHLON, Curtatone - Info: 329-2388005 (lun - ven dalle 9 alle 12 e dalle 16 alle 19)

Dalle ore 15.00 alle ore 18.30

- **S-CIANCOL (CSI)** - Aperto a tutti - Iscrizione in loco
- **CICLOTAPPO (CSI)** - Aperto a tutti - Iscrizione in loco



Ore 16.00 - ALLEYCAT RACE - MANTOVA BIKE FESTIVAL

Seconda Alleycat Race sul territorio mantovano aperta a tutte le tipologie di biciclette. Gara a tappe in territorio urbano: vince il primo che passa tutti i checkpoint nel minor tempo possibile.

In collaborazione con Decathlon Curtatone

Iscrizioni: dal 5 settembre presso Decathlon Curtatone o al n. 347 1949048;

Sabato 23 o Domenica 24 settembre in piazza Virgiliana – stand Decathlon.

LUNGOLAGO GONZAGA - SPORTIVAMENTE MANTOVA

Dalle ore 10.00 alle ore 18.30 - FITNESS - SPORT - MOVIMENTO CON LE ASSOCIAZIONI SPORTIVE DEL TERRITORIO. PILLOLE DI... Incontri sul tema della salute e del benessere con i professionisti della salute. Quattro palchi con le principali discipline e aree spettacolo.

Special Guest - dalle ore 11.00 alle ore 15.00 - Da Pechino Express a Mantova con SuperJump la presenter dei Vip Jill Cooper.

Dalle ore 11.00 alle ore 16.00 - Il grande presenter internazionale Luca Ruggeri con: 7 for 4 Training Summer Edition – Pilates & Friends.

LE PROPOSTE

• **Dalle ore 10.00 - A TUTTO FITNESS:**

Group Cycling (Otium) - Spinning (Paolo Tenedini - Millennium) - Balla & Brucia (Marcela) - Balla & Brucia Heels (Marcela) - Jump (Corrado - Millennium) - Body Weight (Maci - Millennium) - Ballo Latino (Cristiano Leonardi) - Welldance (Otium) - Pound (Greta - Millennium) - Fly Board Olistic (Barbara) - Fiwalk (Nazzareno Marongiu) - Reejam (Sara Sbronzeri) - Kangoo Jump (Otium) - Pilates (Patty - Veronica - Luca Ruggeri) - Zumba (Sara Sbronzeri) - Thai Shao (Caroline) - Super Jump (Jill Cooper) - Salsa Cubana (Cristiano Leonardi) - True Yoga (Vinyasaflow - Patty Mantovani) - Bodymind) - Core Stability (Patty Mantovani) - Superjump (Davide Tumiotto) - Performances Fitness (Luca Ruggeri) - Super Jump (Jill Cooper - Davide Tumiotto - Patty Mantovani) - Fit Boxe (Maci - Millennium)

- 24 SETTEMBRE**
- Ore 11.00 - **SPORTIVAMENTE PILLOLE DI... "TIROIDE TOUR A MANTOVA. ORMONI MESSAGGERI DI BELLEZZA"** - **Relatori:** **Dott. Antonio Stamegna**, specialista in endocrinologia, endocrinologia estetica e metabolismo 1° Scuola di Endocrinologia "La Sapienza" di Roma. Medico noto per i suoi interventi di medicina in TV.
 - Ore 12.00 - **SPORTIVAMENTE PILLOLE DI... "NUTRIAZIONE. PERCORSI PER UNA SANA E CORRETTA ALIMENTAZIONE"** - **Relatori:** **Dott.ssa Maria Chiara Bassi**, nutrizionista ASST Mantova - **Dott. Ezio Sblendorio** medico, fisiatra, agopuntore, esperto in medicina dell'età evolutiva, della nutrizione e dello sport - **Tenente Dott. Nicola Buter**, Esercito Italiano
 - Ore 16.00 - **SPORTIVAMENTE PILLOLE DI... "BELLI A TUTTI I COSTI. TRA CONSAPEVOLEZZA E SUPERFICIALITÀ."** - **Relatori:** **Dott. Fabio Mascaro**, medico estetico, chirurgia laser - **Dott.ssa Emanuela Papa**, psicologa/psicoterapeuta, coach - **Dott.ssa Roberta Sereni**, giornalista freelance

CIRCUITO INTERNAZIONALE MOTOCROSS

Dalle ore 9.00 alle ore 18.00 - **CAMPIONATI ITALIANI**

30 SETTEMBRE

PIAZZA VIRGILIANA

Dalle ore 10.00 alle ore 12.00 - **RUGBY DI STRADA (Quisport)** - Partecipazione libera

Dalle ore 15.00 alle ore 18.30

- **SCHIDA (CSI)** - Aperto a tutti - Iscrizione in loco
- **CICLOTAPPO (CSI)** - Aperto a tutti - Iscrizione in loco
- **ESIBIZIONI DI GINNASTICA ARTISTICA (CSI)**
- **BILIARDINO UMANO (CSI)** - Aperto a tutti - Iscrizione in loco - Qualificazioni

Ore 15.00 - **TORNEO MINICALCIO S.Pio - S.Egidio - Mantovana Junior - Governolo**

Dalle ore 16.00 alle ore 19.00

- **SCHERMA STORICA E OLIMPICA (Mantova Scherma e Zoiosa)** - Esibizione
- **TAPONGI COMBACT** - Esibizione

Ore 20.30 - **CONCERTO WALKING CONE E ACUSTICO ITALIANO**

LUNGOLAGO GONZAGA

Dalle ore 14.30 alle ore 18.30 - **TORNEO DI SCACCHI (CSI)** - Aperto a tutti - Iscrizione in loco

Ore 15.00 - **COLOR VIBE - 5KM: FESTA, COLORE, MUSICA E DIVERTIMENTO.** **Villaggio:** dalle ore 11.00 **Partenza:** ore 15.30 - **Color Party:** dalle ore 16.00. **Info e iscrizioni:** info@colorvibe5k.it - www.colorvibe5k.it - **Tel. 370.3106857**

Dalle ore 16.00 alle ore 19.00

- **RUGBY (Rugby Mantova)** - Esibizione
- **FOOTBALL AMERICANO (Football Americano Mantova)** - Esibizione



UFFICIO DEI CONSULENTI FINANZIARI
Piazza Cesare Mozzarelli, 3 - Mantova
T. 0376 1791834

30 SETTEMBRE

TENNIS CLUB MANTOVA

Dalle ore 10.00 alle ore 13.00 - TORNEO TENNIS DISABILI

CANOTTIERI MINCIO

Ore 14.30 - CAMICI BIANCHI NEL PALLONE - Torneo di Calcio a 5 Interdipartimentale dell'ASST Mantova

Ore 19.00 - CONCERTO DEI ACUSTICO ITALIANO

CIRCUITO INTERNAZIONALE MOTOCROSS

Dalle ore 9.00 alle ore 18.00 - CONCENTRAMENTO NAZIONALI GIOVANILI MOTOCROSS

CENTRO NATATORIO DUGONI

Dalle ore 15.00 alle ore 17.00 - ESIBIZIONI DI NUOTO | NUOTO SINCRONIZZATO | PALLANUOTO

TEATRO ARISTON

Ore 10.00 "GREGORIO PALTRINIERI INCONTRA MANTOVA" - CONVERSAZIONE CON IL CAMPIONE con il naturopata Vladimiro Colombi, il farmacista Jacopo Fabbri e la giornalista Alessandra Demonte. Organizza la Farmacia Pains in collaborazione con Nutrileya.

01 OTTOBRE

CAMPO CANOA

Ore 9.00 RUNDAYS DECATHLON - Corsa non competitiva

PIAZZA VIRGILIANA

Dalle ore 9.00 alle ore 18.30

- BILIARDINO UMANO (CSI) - Aperto a tutti - Iscrizione in loco
- ARTI MARZIALI (CSI) - Esibizioni

Dalle ore 9.00 alle ore 12.00 - STREET BASKET (Quisport) - Esibizioni e partecipazione libera

Dalle ore 15.00 alle ore 18.30

- S-CIAFETA (CSI) - Aperto a tutti - Iscrizione in loco
- CICLOTAPPO (CSI) - Aperto a tutti - Iscrizione in loco - Finale Coppa Lombardia FICT

LUNGOLAGO GONZAGA

Dalle ore 10.00 alle ore 19.00 - CAMMINANDO TRA GLI SPORT (Sport Vi. Vicenza)

Ogni 30 minuti, a partire dalle 10.00, sul palco principale si alternano esibizioni sportive: le associazioni sportive propongono le più variegate dimostrazioni come ad esempio fitness, boxe, balli popolari e moderni, danze latino americane, capoeira, balli brasiliani, danza del ventre e pole dance.

Dalle ore 10.00 alle ore 19.00

- RUGBY (Rugby Mantova) - Esibizione
- FOOTBALL AMERICANO (Football Americano Mantova) - Esibizione

Dalle ore 10.00 alle ore 12.00 e dalle ore 16.00 alle ore 18.00

- TIRO CON L'ARCO (Arcieri Gonzaga e Zoiosa) - Esibizione
- BOXE (Boxe Mantova) - Esibizione

CIRCUITO INTERNAZIONALE MOTOCROSS

Dalle ore 9.00 alle ore 18.00 - CONCENTRAMENTO NAZIONALI GIOVANILI MOTOCROSS



FOCENZA

LA QUALITÀ DI UN CAPO IDEATO E PRODOTTO IN ITALIA

Acquistare un prodotto **Luigi Di Focenza** significa scegliere la qualità superiore dell'intimo seamless **Made in Italy** ad un prezzo competitivo. Dietro ad ogni articolo firmato Luigi Di Focenza c'è attenzione alla qualità, creatività del design ed il lavoro di donne e uomini che si impegnano ogni giorno per dare vita ad un prodotto unico dallo stile 100% italiano. La missione dell'azienda è assicurare benessere alle persone producendo capi in cui sia riconoscibile quel **Made in Italy** apprezzato in tutto il mondo.

Luigi Di Focenza realizza interamente in Italia capi di intimo donna, intimo uomo e intimo bambino e capi destinati allo sport. Con una produzione di quasi 2 milioni di capi all'anno controllata a 360°, Luigi Di Focenza vanta una filiera rigorosamente italiana, dall'idea iniziale a tutte le fasi di produzione quali la smacchinatura, la cucitura, la tintoria ed infine il confezionamento.

I capi di Luigi Focenza sono prodotti a **Mantova**.





FOCENZA®

Corso Umberto I°, 46100 Mantova

Scopri i prodotti anche sul nostro sito

www.luigidifocenza.it

Corri al nostro negozio di Mantova!





presentano



Sanità, Socio Sanitario
Regione Lombardia
ASST Mantova

ALLENIAMOCI AL BENESSERE

RIFLESSIONI SU SPORT - ALIMENTAZIONE - SALUTE FISICA E MENTALE



SPECIAL GUEST **VERONICA YOKO PLEBANI**

VENERDÌ 22 SETTEMBRE 2017
ORE 18.00 CANTIERI MINCIO



CONDUCE **MARINO BARTOLETTI**

Saluti e Introduzione

Rita Botticelli Presidente ASD Creativa

Saluti Sindaco e autorità

MOVIMENTO FISICO E SALUTE

Stefano Fazio Responsabile struttura Diabetologia e Malattie Metaboliche ASST Mantova

EMPOWERMENT NUTRIZIONALE ESSENZIALE PER L'EQUILIBRIO ORMONALE DELLO SPORTIVO

Ezio Sblendorio Medicina dell'età evolutiva, della nutrizione e dello Sport.

ALIMENTAZIONE:

IL PIACERE DEL CORRETTO STILE DI VITA

Maria Chiara Bassi Nutrizionista ASST di Mantova

DIAMO GUSTO ALLA SALUTE:

IL PROGETTO CHEF IN OSPEDALE

Consuelo Basili Responsabile struttura Gestione Processi Clinici Aziendali e Direttore facente funzione Direzione Medica di Presidio Mantova ASST Mantova

PREMIO "SPORT & VALORI"

Veronica Yoko Plebani Campionessa Di Canoa
Marco Squatzer Campione sportivo malato di SLA

DAL TALENTO AL CAMPIONE

Emanuela Papa Psicologa - Mental Coach - Time to Win

In anteprima a Mantova:

BAR TOLETTI, COSÌ HO SFIDATO FACEBOOK

presenta Angela Capozziello Mental Coach Sport & Business - Time to Win

DANCE WITH ME... BACK TO THE 80'S

Sara Sbronzoni Just in Fit
Giulia Viviani Podcast - ASD Airone
Alice Casati Ritmica - ASD Airone

CENA: TRA GUSTO E SALUTE

si ringraziano



.....
23 SETTEMBRE - ore 15.00

GIMKANA - Per bambini dai 5 agli 11 anni -

Divertente percorso ad ostacoli cronometrato per bambini dai 5 agli 11 anni suddivisi in categorie in base all'età. Al termine "Ciclo-Premi" offerti dalla Città del Sole di Mantova e merenda con il budino San Martino. Aperto a tutti. Partecipazione gratuita. Iscrizioni in loco o al n. 347 1949048.

Evento organizzato in collaborazione con Milan Club Castel Goffredo.

PIAZZA VIRGILIANA
.....





presenta



23-24 SETTEMBRE LUNGOLAGO DEI GONZAGA (GIARDINI MARANI) DALLE ORE 10.00 ALLE 19.00

AREA MOVIMENTO E SPETTACOLO

Tutte le novità del fitness con i presenter delle migliori palestre di Mantova, le Associazioni Sportive, Arti Marziali, combattimento, difesa personale, danza, ginnastica artistica, volley, Nordic Walking, Aerial, ginnastica militare dinamica

SPECIAL GUEST

Dopo Pechino Express arriva a Mantova **JILL COOPER** affiancata da **DAVIDE TUMIOTTO** per far saltare Mantova con il suo Superjump;

LUCA RUGGERI con performances fitness e Pilates;

Thai Fit con **MAXIMILIAN ARCIADIACO**

A grande richiesta, *Fiwalk* con **NAZZARENO MARONGIU**.

PILLOLE

I professionisti dello sport, della salute e del benessere:

Paolo Lusvardi / Campione Mondiale Karate;

Luca Passarelli / Associazione Italiana Arbitri;

Tenente Medico Dott. **Nicola Butera** / Esercito Italiano;

Dott. **Ezio Sblendorio** / Esperto in Medicina dell'età evolutiva, della nutrizione e dello sport;

Dott.ssa **Chiara Bassi** / Dietista ASST Mantova;

Dott. **Fabio Mascaro** / Medico Estetico, Chirurgia Laser;

Dott.ssa **Emanuela Papa** / Psicologa, Mental Coach;

Dott. **Antonio Stamegna** / Endocrinologia Estetica e Metabolismo.

NOVITÀ 2017

PARTECIPAZIONE STRAORDINARIA DELL'ESERCITO ITALIANO

DOVE:

LUNGOLAGO GONZAGA (GIARDINI MARANI, di fronte a Oco) dalle ore 10.00 alle ore 19.00

PER INFO

Contattare le palestre partner dell'iniziativa:

Millenium / Otium / A.S.D. Just in Fit / Bodymind

o ASD Creativa Tel 035 576 1083



23 SETTEMBRE ORE 14.00 - PIAZZA VIRGILIANA
"CICLOTUR VIRGILIANO NELLE TERRE TRA IL MINCIO E IL PO"

Quota partecipazione: 10 euro

Partendo da Mantova si percorrono gli argini del Mincio passando dal Forte di Pietole fino ad Andes; da qui si prosegue nell'entroterra attraverso Campione e Borgo Vignale sino a giungere a San Nicolò Po. Si prosegue sugli argini del grande fiume sino ad arrivare a Governolo, punto di incontro del Mincio con il Po. Sosta presso Ostello dei Concari. Ritorno in pullman con carrello portabici. **Partenza:** ore 14.00 da Piazza Virgiliana - **Lunghezza:** Km 30 - **Tempi:** 3h soste escluse - **Difficoltà:** facile, adatto a tutti, bambini dai 10 anni. **In collaborazione con Gli Scarponauti.**

24 SETTEMBRE ORE 8.00 - PIAZZALE MONTELUONGO - PALAZZO TE
"PERCORSO CICLOTURISTICO UNESCO "LA NUOVA SABBIONETA-MANTOVA"

Quota partecipazione: 10 euro

La "città ideale" di Sabbioneta sarà il punto di partenza quest'anno del percorso in bicicletta fino a Mantova, durante la Settimana europea della Mobilità Sostenibile. Lungo ma piacevole percorso attraverso gli ambienti naturalistici e le testimonianze storiche del territorio con la nuova variante cicloturistica. A Sabbioneta, visita e assaggio speciale del "Convivium" il dolce rappresentativo di ERG 2017. **In collaborazione e con il sostegno del Comune di Mantova - CamminaMantova 2017.** **Partenza:** ore 8.00 da Piazzale Montelungo - Palazzo Te con pullman riservato con carrello portabici (incluso nella quota) - **Lunghezza:** Km 45 - **Tempi:** 4,5h soste escluse - **Difficoltà:** media, bambini dai 14 anni - **Pranzo (facoltativo):** a Corte Erbatici 15 euro cad. **In collaborazione con Gli Scarponauti.**

24 SETTEMBRE ORE 8.30 - PIAZZA VIRGILIANA

Percorso cicloturistico

"DA MANTOVA A RIVALTA PER CAMPAGNE, BORGHI E SOSTE CULINARIE..."

Quota partecipazione: 10 euro

Suggestivo percorso in bici con partenza da Mantova sino a Rivalta sul Mincio. Si pedala lungo la ciclabile del Lago Superiore di Mantova, si attraversa Borgo Angeli e si prosegue sulla pista ciclabile sino al maestoso Santuario delle Grazie. Da qui, attraversando la tipica campagna mantovana tra filari, vigneti, frutteti e distese di campi coltivati si giunge a Rivalta, antico borgo di pescatori che si affaccia sul Mincio. Ritornando verso la città ci fermeremo per una sosta degustazione presso la fattoria sociale Cencio Molle, dove attenzione alla persona e all'ambiente vanno di pari passo. **Partenza:** ore 8.30 da Piazza Virgiliana - **Lunghezza:** Km 35 (Andata e ritorno) - **Tempi:** 3,5h soste escluse - **Difficoltà:** facile, adatto a tutti, bambini dai 10 anni. **In collaborazione con Gli Scarponauti.**

INFORMAZIONI TECNICHE VALIDE PER TUTTI I CICLO TOUR Partecipanti: minimo 17 massimo 30 (ulteriori adesioni verranno confermate in presenza di una seconda guida). **Noleggio Biciclette:** su richiesta (escluso dalle quote di partecipazione): entro il 20 settembre contattando Mantova Bike Experience - info@mantovabikexperience.com - tel. 338.1208689 Stefano. *Si raccomanda, a chi intende portare la propria bici, di provvedere in anticipo ad un attento check-up del mezzo e di portare con sé una camera d'aria di scorta. Si consiglia di indossare il casco.* **Iscrizioni:** presso InfoPoint Rigoletto dal 5 al 22 settembre 2017 Piazza Sordello 23 a Mantova - 0376/288208
E-Mail: info@infopointmantova.it
Aperto tutti i giorni dalle 9.00 alle 18.00





sportiva *s*mente
MANTOVA
festival dello sport e del benessere

70s 80s DISCO PARTY

23/09/17 DALLE ORE **20.00**
LUNGOLAGO DEI GONZAGA

DJ ROBY BENETTI
DJ LIRO
DJ ROBERTO RAO

abiti - trucco e parrucco - musica - gadgets
PREMI PER I PIÙ SIMPATICI LOOK ANNI '70 E '80



PARTNER UFFICIALE
SENSES HAIR CREW
CON LE ACCORDATURE
ANNI '70 e '80



Per info: ALESSANDRO MARTINI
Festeggiando con il cuore / Tel. 3382865185

.....

24 SETTEMBRE - ore 16.00

ALLEYCAT RACE - Seconda Alleycat Race sul territorio mantovano aperta a tutte le tipologie di biciclette. Gara a tappe in territorio urbano: vince il primo che passa tutti i checkpoint nel minor tempo possibile.

In collaborazione con Decathlon Curtatone

Iscrizioni

Dal 5 settembre presso Decathlon Curtatone o al n. 347 1949048;

Sabato 23 o Domenica 24 settembre in piazza Virgiliana stand Decathlon.

.....

PIAZZA VIRGILIANA



ABEO'S GOT TALENT



2 Settembre GUIDIZZOLO
9 Settembre POGGIORUSCO
FINALE 23 Settembre MANTOVA

UISP
sportpertutti
Comitato di Mantova

QUISPORT



COMUNE di
MANTOVA

Stac
MANTOVA

MANTOVA
POLIMI
SPORT

SPORTV
MANTOVA

MantovaTEN 24 settembre h 9.00

visita

CORRI

vivi

MAN=NOVA
EN
2017

Piazza Virgiliana

24 settembre 2017, ore 9.00

LIVE • RUN • SEE Mantova

CORSA NON COMPETITIVA DI 10 KM LUNGO LE VIE DEL CENTRO E LE PISTE CICLABILI

Mangiare e dormire a Mantova



LA ZANZARA BICIGRILL

Lungolago Superiore - 46100 Mantova

Tel. 348 7389659 – 328 0947632

info@zanzaramantova.it – www.zanzaramantova.it



LA BOTTEGA DI PAOLO

Via Accademia, 56 - 46100 Mantova

Tel. 0376 364344 – paolo.biasi64@gmail.com



HOTEL CASA POLI

Corso Garibaldi, 32 – 46100 Mantova

Tel. 0376 288170 – fax 0376 362766

info@hotelcasapoli.com – www.hotelcasapoli.it



HOTEL BROLETTO

Via Accademia, 1 – 46100 Mantova

Tel. 0376 326784 – fax 0376 221297

info@hotelbroletto.it – www.hotelbroletto.com



MANTOVA RESIDENCE

Via E. Fermi incrocio via C. Colombo • località Valdaro - 46100 Mantova

Tel. 0376 1720017 - 334 6489979 - fax 0376 1720018

info@mantovaresidence.com - www.mantovaresidence.com



#scattalosport



#radiobruno



#radiobruno

SCATTA UNA FOTO CHE
TI RITRAE MENTRE
PRATICHI IL TUO SPORT
PREFERITO O DURANTE
UN EVENTO SPORTIVO
E POSTALA CON:
#SCATTALOSPORT
#RADIOBRUNO



**RADIO
BRUNO** Digitale
Terrestre
Televisivo

Emilia
Romagna
canale
683

Toscana
canale
617

Nord
Italia
canale
256

**RADIO
BRUNO**

RADIOBRUNO.IT