

## Marche in salute, le camminate spostate al mercoledì

*pubblicato il 30-08-2017 da Us Acli*

Dopo la pausa estiva riprende il progetto "Marche in salute". L'iniziativa, organizzata dall'U.S. Acli Marche e dalla locale amministrazione comunale, col patrocinio della delegazione provinciale del Coni, ha permesso in oltre tre anni di attività (ha preso il via a luglio 2014), di far praticare attività sportiva gratuita a centinaia di persone di ogni età provenienti non solo da Castelfidardo ma anche da comuni limitrofi. La novità principale dell'iniziativa è che dal mese di settembre si cambia giorno. Le camminate (durata un'ora, non competitive, percorso di circa 5 chilometri) si svolgeranno non più il lunedì ma il mercoledì, sempre a partire dalle 21,15 e sempre da piazza della Repubblica e saranno guidate sempre dal prof. Alessandro Agostinelli. Per il mese di settembre va inoltre segnalato l'inserimento del progetto "Marche in salute" nel programma nazionale "Alimentazione, sport e salute" realizzato grazie ad un contributo offerto dalla Susan G. Komen Italia. L'importanza del movimento come strumento di prevenzione della salute dei cittadini è stata evidenziata da vari studi scientifici. L'Organizzazione Mondiale della Sanità dichiara che a livello collettivo l'inattività fisica ha un pesante impatto negativo in termini di costi per il sistema sanitario. Si calcola infatti che per una popolazione di 10 milioni di persone insufficientemente attive il costo a carico della collettività, in termini di cure mediche ed altri costi correlati, è di 900 milioni di euro l'anno. Proprio per questo si invitano i cittadini a partecipare a queste iniziative per promuovere stili di vita corretti combattendo dunque l'inattività fisica e la vita sedentaria. Il progetto "Marche in salute" rientra anche nelle iniziative portate avanti dall'Unione Sportiva Acli a seguito della stipula di un apposito protocollo di intesa con la Regione Marche per la diffusione dell'attività fisica tra la popolazione in applicazione del Piano regionale della prevenzione. Per maggiori informazioni sull'iniziativa, per la quale non sono previsti costi di iscrizione, si possono consultare il sito [www.usaclimarche.com](http://www.usaclimarche.com), la pagina facebook dell'Unione Sportiva Acli Marche oppure il gruppo facebook "Marche in salute".