



**PROGETTO
SOCIALIZZAZIONE E BENESSERE**

REPORT ATTIVITA'



LOCATIONS

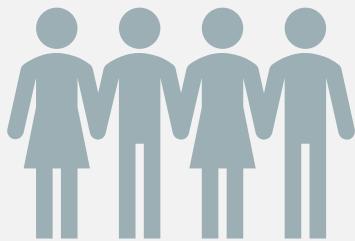
Finale Ligure, Borgio Verezzi, Pietra Ligure, Loano,
Ivrea, Alice Bel Colle, Sestri Levante

LA ASD RUNRIVIERARUN

- Nata nel 2014 per portare un gruppo eterogeneo (RUNNERS E WALKERS) di persone alla New York City Marathon 2015;
- Allenamenti di gruppo tutti i martedì e tutti i giovedì;
- Allenamenti per i “lunghi” a ridosso delle gare;
- Eventi/incontri tematici di approfondimento: Accademia della Corsa, alimentazione dello sportivo; integrazione, attività di potenziamento muscolare, incontri sul benessere, sessioni di mental coaching, incontri con i medici specialistici, l’importanza della camminata sportiva e del fitwalking, incontri su come affrontare la maratona e molto altro;
- Le nostre gare sociali;
- Le gare nazionali ed internazionali messe a calendario;
- Attività a favore dell’invecchiamento attivo per i “senior”;
- Attività di valorizzazione degli atleti RRR Young e Kids;
- Realizzazione del primo Running Park a Borgio Verezzi.



LA NOSTRA MISSION



DAL 2014 LA NOSTRA MISSION E' LEGATA AL PROGETTO
SOCIALIZZAZIONE E BENESSERE

CHE PORTA LE PERSONE ASSOCIATE E NON A
MIGLIORARE LA QUALITA' DELLA VITA ATTRAVERSO LO
SPORT E LE ATTIVITA' DI SOCIALIZZAZIONE PROPOSTE





NON SOLO ATLETI

DAL 2014 SONO NATI I FAMOSI

ANGELS

RunRivieraRun

Si tratta di volontari di qualsiasi età che partecipano alle attività associative integrandosi a pieno nel gruppo sportivo



CHICCHIRICCHÌ RUN

Si tratta di attività di allenamento di gruppo aperte a tutti, senza limiti di età e di andatura.

All'incontro i partecipanti:

- runners percorrono un tragitto di circa 8 km tra Pietra Ligure, Loano, Borgio Verezzi, Loano, Sestri Levante e paesi fuori Liguria;
- camminatori percorrono un tragitto di circa 5/6 km a seconda della stagione.



I RICONOSCIMENTI
IL PRESIDENTE DELLA ASD RUNRIVIERARUN, LUCIANO COSTA,
HA RICEVUTO IL PRESTIGIOSO PREMIO DA PARTE DEL CONI:
PROMOTORE SPORTIVO DELL'ANNO

IL NOSTRO MOTTO

