CORRI X PADOVA

Allenati con noi per le strade della tua città

CORRI X PADOVA - GIOVEDI' 29 Maggio 2014 - CASERMA VIGILI DEL FUOCO

Sommario

Com'è andata la scorsa settimana

Dove siamo Giovedì prossimo

Orari e Percorsi

Come arrivare e parcheggiare

Cosa offre il Villaggio CXP

Le iniziative dei nostri Partners

News dal mondo della Corsa

Com'è andata la scorsa settimana

Salboro e la sua festa dello Sport ci ha accolto a braccia aperte offrendo "ospitalita'" nel suo grande capannone dove molti di voi hanno potuto fermarsi dopo la corsa, cenare e festeggiare (c'erano ben 3 compleanni in contemporanea).
I nostri fotografi hanno relizzato dei servizi splendidi: Francesco Pertini **VEDI** e Pietro Genesini **1** - **2** - **3** - **4** sono sempre pronti a cogliere l'attimo giusto per raccontare la nostra magnifica storia della CXP.
Torna al sommario

Dove siamo Giovedì prossimo

Da tre anni seguono silenziosamente la CXP garantendo la "chiusura" del nostro festoso serpentone: sono i **Vigli del Fuoco** e Giovedì 29 Maggio andremo a trovarli nella loro sede operativa in via **San Fidenzio** - zona Stanga.
Torna al sommario

Orari e Percorsi

Ci troviamo a partire dalle 19.00 con il villaggio che sarà collocato all'interno della Caserma dei VVFF; alle ore 20.00 riscaldamento "mentale" e "fisico" ed alle ore 20.30 puntuali ... partenza!
I percorsi sono visibili nel sito ufficiale **www.corriperpadova.it**
Torna al sommario

Come arrivare e parcheggiare

Via San Fidenzio si trova vicino al grande snodo viario chiamato Stanga ed ha parecchi punti d'accesso: da Camin, da Via Turazza, da Via Longhin.
In zona vi sono molti parcheggi che si possono utilizzare liberamente a quell'ora e quindi non ci dovrebbero essere problemi per lasciare l'auto.
Torna al sommario

Cosa offre il Villaggio CXP

Abbiamo come sempre al Villaggio CXP la custodia gratuita di biciclette con **ForeverBike** e borse/zainetti con **ANPS** e quindi vi invitiamo ad approfittarne,

chiedendo di avere un pò di pazienza quando andate a ritirare le vostre cose; Giovedì scorso a Salboro abbiamo assistito a scene per nulla edificanti, da parte di qualche "fenomeno" che si è espresso in modo poco lusinghiero con i volontari che sono lì a disposizione per offrire un servizio, che se permettete è sempre stato di qrande qualità. Siamo certi che non accadrà più, tuttavia chiediamo agli altri partecipanti "normali" che dovessero eventualmente assistere a qualche comportamento non consono allo spirito della CXP di "isolare" queste persone facendo in modo che l'ambiente resti sano e sereno com'è sempre stato. Tutto lo staff della CXP è a disposizione per superare le eventuali criticità che si dovessero presentare.

Ritorna il riscaldamento mentale mensile proposto dallo psicoterapeuta Francesco Corazza di **BrainCare** che presenterà il seguente programma: *"Nell'ultimo bimestre di attività della CxP, il team di BrainCare si focalizzerà sul tema del recupero fisico e del rilassamento durante la corsa. L'obiettivo sarà quello di correre cercando di attivare soltanto la muscolatura necessaria per la corsa, evitando di mettere in tensione anche quei distretti muscolari che si attivano soprattutto a causa di stress e tensione accumulata nel corso della giornata; nell'ottica di una complessiva riduzione della fatica percepita."*

Ci sarà la possibilità di vedere da vicino i mezzi antincendio del Corpo Nazionale Vigili del Fuoco.

Torna al sommario

Le iniziative dei nostri Partners

Abbiamo "consolidato" il rapporto di collaborazione con **Goccia di Carnia** la famosa acqua oligominerale friulana; avremo quindi un migliaio di bottigliette da mezzo litro a disposizione dei partecipanti alla CXP, a cui chiediamo di farne un uso moderato, per non spercare l'acqua, neppure quando è gratis.

Rassicuriamo gli amanti del the all'inglese: i nostri amatissimi Alpini dell' **ANA Padova** saranno sempre con noi a distribuire i famosi bicchieri verdi **Dopla** ... da questa settimana la bevanda non sarà bollente come al solito ...

Torna al sommario

Le News dal mondo della Corsa

Calendario fitto di appuntamenti "podistici" anche il prossimo week-end: segnaliamo tra le attività presenti nei calendari **Fiasp** e **Marciapadova** la Marcia della Solidarietà "Fabio Verza" a San Pietro Viminario Venerdì 30 Maggio e la Marcia delle Tre Torri alla Guizza (Padova - Parrocchia Santa Teresa) Domenica 1 Giugno.

Domenica 1 e lunedì 2 Giugno Fidal e Libertas propongono una gara piuttosto singolare: la **Self-Transcendence 24 ore di Padova** ultramaratona che si terrà nello Stadio "Toni Franceschini" a Voltabarozzo.

Rimanendo in campo Atletica Leggera ricordiamo l'importante manifestazione " **Trofeo delle Provincie Trivenete** " organizzato dalla società Fidal Atletica Vis Abano **VEDI** locandina, in attesa della terza prova di " **Padova Corre 2014** " circuito di corsa su strada che si terrà il 14 Giugno a Stanghella con la 38a edizione di " **Correre nel Parco** ": sono aperte le **iscrizioni** .

Per chi invece vuole solo rilassarsi facendo una sana camminata, segnaliamo l'iniziativa dell' **Ufficio Città Sane** del Comune di Padova e del **Centro Sportivo Italiano** di Padova, in collaborazione con la **Croce Rossa Italiana** , che organizzano delle uscite settimanali ogni martedì alle ore 18.00 lungo gli argini della città, per camminare all'aria aperta.

VEDI calendario delle uscite nei vari quartieri.

Torna al sommario

La presente News-Letter è stata inviata a n° 7.158 indirizzi di posta elettronica validi (Lista Corri X Padova).

Settore Servizi Sportivi - Comune di Padova
Stadio Euganeo, viale Rocco, 60 - 35135 Padova
telefono 049 8659500, fax 049 8659550

Fiamme Oro Padova · Questura di Padova · Comune di Padova · 2° Reparto Mobile · Polizia Municipale Padova

Technical Sponsor

parti con il piede giusto

1/6 H

UN SESTO ACCA

NEGOZIO TECNICO

PRO Action
INTEGRATORI PER LO SPORT

BAAP
bergamaschi

FABRIS
COPERTURE INDUSTRIALI

Visual Sponsor

Alì & Aliper
QUALITÀ AL MIGLIOR PREZZO!

IPI

Sponsor

EF Education First
Vacanze Studio e
Corsi di Lingue all'Estero

goccia di carnia

c.m.l. Bedendo

BANCA PATAVINA
CREDITO COOPERATIVO DI SANT'ELENA E PIOVE DI SACCO

MBE
MAIL BOXES ETC.
#PeoplePossible

[redacted]

PLUGSERVICE
Audio Luci Video per eventi

élan vital

VERONA 83®

Service Partner

APS Parcheggi
mobilità intelligente

Media Partner

PADOVANET rete civica del Comune di Padova

In Collaborazione con

ASS. NAZ. ALPINI

ANPS

IL MARCIAPADOVA

FIASP SPORT PER TUTTI

FIDAS PADOVA

50° FOTOCLUB PADOVA 1962 2012

P.O. CROCE VERDE PADOVA

LG acli PADOVA

Gestisci i tuoi dati - Informati su come proteggiamo la tua privacy - Cancellati immediatamente da questa lista