CORRI X PADOVA

Allenati con noi per le strade della tua città

Corri x Padova - Giovedì 18 Febbraio 2016 - Prato della Valle

Irripetibile opportunità: visita guidata all'interno della Basilica di Santa Giustina.

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.

Bella serata quella trascorsa al Palaghiaccio Plebiscito, con varie persone che hanno approfittato della possibilità di pattinare sul ghiaccio con pochi euro dopo aver corso o camminato.
Ben due fotografi del Fotoclub Padova hanno documentato la nostra uscita: quindi ammiriamo le immagini di **Francesco Pertini** e di **Marino Bilato** .
Torna al sommario

Dove siamo Giovedì prossimo

Prato della Valle arriviamo!! Ci aspetta il "nostro" lobo Santa Giustina e nell'occasione grazie a Padre Federico Lauretta parroco appunto di **Santa Giustina** avremo l'occasione di visitare questa straordinaria basilica che, ricordiamo, è la piu importante opera architettonica di Padova oltre che il più antico luogo di culto della città e per dimensioni (122 metri di lunghezza) è la nona tra le chiese del mondo, segnata anche nel pavimento della Basilica di S. Pietro a Roma.
Torna al sommario

Orari e Percorsi

Tutto confermato come sempre: apertura Villaggio CXP ore 19.30, inizio riscaldamento ore 20.00, partenza ore 20.30.
I percorsi Walkers di 5,27 Km e Runners di 7,60 sono visibili accedendo dalla home page di **www.corriperpadova.it** .
Torna al sommario

Come arrivare e parcheggiare

Su Prato della Valle sapete ormai tutto e quindi cercate di venire per tempo, soprattutto per visitare Santa Giustina. A tal proposito, gli orari del giro in Basilica sono alle 19 e alle 19.30. L'appuntamento è in cima alla scalinata dove troverete chi ci accompagnerà all'interno per il turno che durerà mezz'ora. Non occorre prenotare ma essere puntuali agli orari indicati.
Torna al sommario

Cosa offre il Villaggio CXP

La Corri X Padova quest'anno si è concentrata anche sul supporto che può offrire alle associazioni di solidarietà che operano nel nostro territorio: dopo varie Charity Partners, questa settimana ospitiamo la **Lega Nazionale per la Difesa del Cane** - Sezione di Padova, molto nota per il famosissimo **Rifugio di Rubano** dove sicuramente molti di voi hanno adottato (o speriamo adotteranno) un amico a 4 zampe.
La collaborazione continuerà in primavera con una assidua partecipazione dei volontari dell'Associazione che affiancheranno il nostro partner **Events for Dog** con iniziative a supporto dell'attività a favore dei cani (e gatti ...).
Sempre Giovedì presenteremo la squadra dell'**Excelsior Rugby Padova** storica

compagine sportiva cittadina che è stata rifondata meno di un anno fa da un gruppo di amici tra cui lo stesso Padre Federico, con lo scopo di far tornare il Rugby nel nostro centro storico, ripartendo dalle categorie dei giovanissimi nelle categorie U6 e U8 che parteciperanno a concentramenti e tornei di minirugby.
Presenteremo anche gli amici Runners guidati da **Rubens Noviello** che porteranno **Padova Capitale del Running** nel deserto Saharawi partecipando alla **Sahara Marathon** dopo la bellissima esperienza sportiva ma soprattutto umana della scorsa edizione: eccone un breve ricordo **VEDI** .
Al Villaggio troverete anche il Camper della **Maratona di Padova** : occhio all'offerta ... i primi 20 possessori della CXP Card che si iscriveranno alla maratona (40,00 €) o alla mezza (20,00 €) di Domenica 17 Aprile avranno in omaggio un simpatico kit offerto dagli sponsor dell'evento.
Torna al sommario

Le iniziative dei nostri Partners

Riprende ufficialmente da questa settimana la collaborazione con un nostro Sponsor "storico": **Doctor Sport** ritorna con noi e ci offre varie opportunità per effettuare **visite mediche sportive** di ogni specialità ed ad ogni livello.
Venite al gazebo e ritirate il “Buono Convenzione” che consente a tutti gli iscritti alla CXP di ususfruire di significative agevolazione sui prezzi delle varie prestazioni presso la sede.
Tra le tante iniziative di Doctor Sport ne segnaliamo una che potrebbe interessare chi si occupa di sport: al costo di soli 80,00 € la possibilità di partecipare ai corsi altamente qualificati atti a preparare in modo idoneo il partecipante all’uso del Defibrillatore e all’intervento di primo soccorso in caso di necessità; vi sono ancora pochi posti disponibili per il prossimo corso del 20 febbraio 2016 dalle ore 14.30 alle ore 18.30.
Al Villaggio troverete come sempre **Goccia di Carnia** e ancora **Morato Pane** che tra i vari **concorsi** di fidelizzazione attivi consegnerà i premi di quello **ideato appositamente** per gli iscritti alla Corri X Padova: a tutte le persone che hanno ricevuto in assaggio nelle scorse settimane le **Bruschelle Morato** e hanno compilato il **questionario** (siete ancora in tempo ...) verrà data in omaggio una confezione dei buonissimi **grissini classici** .
Torna al sommario

Le News dal mondo della Corsa

Dopo lo start iniziale, siamo giunti al terzo appuntamento con il programma CXP Evolution RUN a cui è sempre possibile dare l'adesione: troverete presso il gazebo rosso del Comune di Padova le info sull'iniziativa (scaricabili anche **QUI**) e un foglio pre-compilato su cui scrivere i vostri dati. Se volete accelerare i tempi potete invare subito una **eMail** con lo schema già pronto.

Ecco con il resoconto degli istruttori Emanuele Capovilla e Giada Mele di Giovedì scorso al Palaghiaccio e alcune info per la prossima uscita inviato a mezzo eMail a tutti i partecipanti:

A nostro avviso sarebbe il caso di dire “buona la prima”... non sappiamo come la pensiate voi … abbiamo trovato un gruppo sicuramente più numeroso di quello che ci aspettavamo … bene, molto bene !
Grande entusiasmo grande voglia di fare e tante domande alle quali abbiamo tentato di rispondere.
Bello vedere tanta gente pronta a interagire rispondendo in tempo reale ai suggerimenti dati e pronta a mettersi in gioco.
Abbiamo sperimentato la trombetta per i cambi di ritmo come per gli anni passati e sembra avere funzionato.
Pensavamo di ripetere l’uscita di giovedì prossimo con le stesse modalità di quella precedente e usare qualche particolare riguardo a quelli leggermente più timorosi… giusto perché non vogliamo che nessuno si scoraggi e si senta tagliato fuori.
Compatibilmente con i progressi del gruppo e le variabili delle uscite vorremmo tenere un argomento almeno per due uscite pertanto anche il prossimo lo dedicheremo alla postura.
Per il week-end vi suggeriamo Brugine(Pd) - Marcia Dee Mastee _ Corsa in Saccisica - Km 7/14/21 - Partenza libera dalle ore 8.30 da Villa Roberti in via Roma 100 – info 3470534503 … naturalmente seguendo autonomamente lo stesso programma che vi abbiamo indicato per Giovedì.
Un ultimo consiglio: fate amicizia con i vostri compagni di corso del Giovedì e mettetevi d'accordo per andare insieme alle marce della Domenica ... vi divertirete sicuramente !!
Giada e Gabriele.
Torna al sommario
==========
La presente News-Letter è stata inviata a n° 8.513 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

Ali & 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

MAIL BOXES ETC.
#PeoplePossible

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

A.N.A. NAZ. ALPINI

ANPS

IL MARCIAPADOVA

FIASP SPORT PER TUTTI

FIDAS PADOVA

50° FOTOCLUB PADOVA 1962 2012

P.O. CROCE VERDE PADOVA

PADOVA LGacli

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