



Asd Corsa Continua
e Training Consultant
organizzano il convegno

OBIETTIVO CORSA CONTINUA

L'approccio più giusto al running di oggi

> Mercoledì 20 marzo 2013

Ore 21

Auditorium Circolo Villa Torretta

Via Milanese 3, Sesto San Giovanni (MI)

> Le ultime dritte per correre al meglio
la Milano City Marathon e la tua staffetta

*Fulvio Massini, coach Training Consultant
e coordinatore tecnico di Runner's World*

> Il web al servizio del runner moderno

Vittorio Nava, executive director digital di Runner's World

> Come dribblare gli impegni e trovare
il tempo per riuscire a correre

Magda Maiocchi, redattrice di Runner's World

> Infortunarsi non è un obbligo.

Come evitare di farsi male

*Sergio Migliorini, medico ortopedico e dello sport,
esperto di Runner's World*

> Quando serve davvero un'ortesi plantare

Daniele Simonetti, medico podologo di Ortholab

> I progetti di Humana People to People nel
Terzo Mondo: una corsa continua per lo sviluppo

*Karina Bolin, presidente di Humana
People to People Italia Onlus*

Modera il **Direttore di Runner's World**
Marco Marchei

Ore
19.30

Risotto Party!

A tutti i partecipanti,
assaggio del pluripremiato risotto alla milanese
del Vico di Villa Torretta accompagnato
da un calice di ottimo vino rosso offerti
da Humana People to People e Corsa Continua

Il convegno è aperto al pubblico e prevede la raccolta di offerte libere per sostenere i progetti
della Onlus Humana People to People Italia

Ingresso libero fino a esaurimento posti

Prenotazioni: spettacoli.ilcircolo@villatorretta.it

