

**ROVIGOOGGI.IT**  
CRONACHE QUOTIDIANE PER IMMAGINI

## **Camminata da 5 km con personal trainer** *SALUTE ROVIGO* **Giovedì 4 luglio al Centro commerciale la Fattoria la prima edizione di "10.000 passi per stare bene"**



---

**Giovedì 4 luglio alle ore 19 e 30 il centro commerciale La Fattoria aderisce al progetto nazionale di Cogest che organizza la manifestazione "10.000 passi per stare bene", camminata non competitiva per imparare i giusti stili di vita per star bene**

---

Rovigo - **"10.000 passi per stare bene"**, ecco il nome del progetto aperto a tutti e gratuito presentato dal direttore del centro commerciale "La Fattoria" **Marco Cavallaro**, e dall'assessore allo Sport **Leonardo Raito**.

Promosso da Cogest Italia in tutto il territorio nazionale, in Polesine si avvale delle collaborazioni di Linea Sport per tutti, Rhodigium Team, Polisportiva Marzana Granzette e come personal trainers Barbara Sanna e Marco Venturi.

Un **percorso di cinque chilometri da fare in compagnia** per il proprio benessere fisico, giovedì 4 luglio la prima edizione di questa manifestazione che si articola in tre momenti: **alle 19 e 30 il ritrovo e una piccola lezione teorica degli istruttori che spiegheranno la tecnica per una corretta camminata**, il riscaldamento e la partenza dei cinque chilometri di percorso, dal centro commerciale al centro di Borsea con ritorno. Al rientro un ristoro per tutti i partecipanti con **anguria e bevande energizzanti**.

"Una manifestazione dedicata interamente ai nostri clienti per la loro salute fisica - spiega Marco Cavallaro - Tutto il gruppo Cogest organizza questa manifestazione sociale per promuovere i giusti comportamenti e stili di vita quotidiana e noi del centro commerciale la Fattoria ci facciamo portavoce di questo forte messaggio".