

11 / 07 / 2013- ambiente

Shopping Center Walking: il 13 luglio al centro commerciale Buonvento una passeggiata con la Lipu



Continua l'operazione "10.000 passi per stare bene", un progetto pensato per promuovere uno stile di vita attivo ed una nuova cultura del benessere e della socialità attraverso una formula semplice: camminare insieme, all'aria aperta. Sabato 13 luglio alle ore 18:00 a Buonvento si partirà per una nuova passeggiata con il gruppo della Lipu Benevento su un percorso di 7 chilometri.

In considerazione del patrimonio paesaggistico e culturale di Benevento, le camminate toccheranno alcuni tra i più suggestivi punti di Benevento,

aggiungendo ai benefici dell'attività fisica e al piacere dello stare insieme, l'occasione per riscoprire gli scorci cittadini: l'antico cimitero di Santa Clementina, il parco fluviale del fiume Sabato, le mura longobarde vicino all'anfiteatro romano e l'antichissimo "Ponte Leproso", per poi fare ritorno da dove si è partiti.

L'iniziativa è promossa da Cogest Italia - società leader nella gestione di centri commerciali e polivalenti - che ha lanciato lo "shopping center walking" in tutti i centri gestiti. Abbigliamento comodo e scarpe da ginnastica è tutto ciò che serve per abbracciare uno stile di vita attivo, che aiuta a combattere lo stress, prevenire l'ipertensione e il sovrappeso, ma anche ad aprirsi a nuovi incontri, ad apprezzare l'ambiente circostante e il paesaggio.

Pasquale Di Vaio, direttore di Buonvento, spiega: "10.000 passi, che corrispondono a circa 2 ore di camminata anche discontinua, è quanto raccomandano i cardiologi per prevenire patologie cardiovascolari ed eccesso di peso. Una ricetta semplice, che spesso trascuriamo presi dagli impegni quotidiani, ma anche dall'inerzia. Quest'iniziativa si rivolge a tutti, sportivi e sedentari, con il duplice obiettivo di promuovere il benessere e il territorio".

"I Centri Commerciali - ha dichiarato Carmen Chieragato, amministratore delegato di Cogest Italia - devono vivere come luoghi integrati nel territorio, moderni spazi di aggregazione e punti di riferimento per tutta la comunità. La qualità del servizio e la sicurezza della struttura, l'offerta, l'accoglienza e il continuo dialogo con il territorio sono valori essenziali per il successo, anche commerciale, delle strutture.

Questo progetto, in particolare, - conclude Chieragato - si sviluppa come naturale continuazione di Acque Chiare - Il Giro d'Italia a Nuoto, l'iniziativa che qualche anno fa aveva coinvolto tutti i Nostri Centri in una maratona di sport, cultura e impegno sociale, nel segno dell'acqua".

