



Presso Parco del Centro Nuoto - attività gratuite

4 settembre ore 18:00 - corso mobilità

5 settembre

ore 18.00 Camminata metabolica

ore 19.00 Allenamento funzionale

6 settembre

ore 18.30 addominali

ore 19,15 allenamento "Tabata"

7 settembre

ore 18.00 Yoga

ore 19.00 Pilates

ore 19.00 For runner

attività a cura di Palestra Polivalente Olimpia

8 settembre

NIGHT WALK GOURMET CAMMINATA CON DEGUSTAZIONI BY PIACERE MODENA

(richiesto contributo € 15,00)

Iscrizioni ore 18.00

presso il giardino del Municipio, via Bellucci 1

con degustazione di frutta e bevande analcoliche per i partecipanti,
Partenza ore 18.30 circa seguendo il percorso Natura

in direzione Marano,

sosta presso Azienda Agrituristica Fondo Montecuccoli

ore 19.15 circa, apericena costituito da pasta fredda

e 3 crescentine con affettati, un bicchiere di vino e acqua,

rientro in direzione del Centro Nuoto, ristoro con acqua bevande
e dolcetti presso il Bar "Giù in Piscina".

L'attività è coordinata e seguita da ASD Centro Attività Motorie.

Presso sede ASD Ki - Oshi (via Mameli 45)

tutta la settimana dalle 17.30 alle 21 test gratuiti delle attività
dell'associazione

Campo Sportivo Caduti di Superga

9-10 settembre

Torneo di calcio "Nextgen" cat. giovanissimi - allievi con la
partecipazione di società professionistiche (Modena, Reggiana,
Spal, Carpi, Imolese) Organizzato da U.S. Terre di Castelli
Academy



CONFERENZE E INCONTRI

Sala Consigliare del Comune di Vignola (Via Bellucci,1)

7 settembre ore 20:30 "Perché stare a Guardare?"

Morte cardiaca improvvisa:

prevenzione e manovre salvavita

A cura Associazione Amici Del Cuore, AUSL, AVAP, Croce Rossa,
Polizia Locale

8 settembre ore 20:30 "PURA BICI. An extension of our life"

Dall'Argentina all'Alaska in bici.

Gli autori Katia Ganzerli e Raffaele Bedosti presentano il loro libro.

EVENTI INAUGURALI

2 settembre ore 11.30

Area Scarico Camper (Via Dell'agricoltura)

In collaborazione con associazione Camping Club dei Castelli

3 settembre ore 15.30

Vasca M 25 Centro Nuoto (Via Portello)

In collaborazione con Olimpia Vignola e Nuoto Sub Vignola

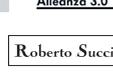
4 settembre ore 18.00

Campo Basket Parco Enrico Berlinguer (Via Ragazzi Del '99)

In collaborazione con Scuola Pallacanestro Vignola



in collaborazione con:



SI RINGRAZIANO LE FORZE DELL'ORDINE PER LA PARTECIPAZIONE



Città di Vignola

SETTIMANA DELLO SPORT E BENESSERE

**Dal 3 al 10 settembre
a Vignola**

Per informazioni:
sport@comune.vignola.mo.it
Tel. 059/777713 • 059/777606
f /comunedivignola

SABATO 9 SETTEMBRE

ore 14:00 presso Ex Mercato

Apertura dei **punti informativi** e avvio delle attività dimostrative e promozionali delle **associazioni sportive** 

dalle ore 15:30 presso Area Basket ex mercato

Memorial "Gioco per Friz" – Torneo di basket

a cura di Scuola Pallacanestro Vignola

dalle ore 16:30 presso spazio Polivalente Olimpia Vignola

Yoga

dalle ore 17:30 presso spazio Polivalente Olimpia Vignola

Pilates

ore 17:00 presso spazio G.S. Pallavolo

dimostrazione "Sitting Volley"

dalle ore 19:00 presso Area Basket parcheggio SABA

di Via Corso Italia

Memorial "Gioco per Friz" – Torneo di basket 3 contro 3

DOMENICA 10 SETTEMBRE

ore 8:30 ritrovo V.le Mazzini

Camminata attraverso i territori di Vignola, circa 10 km, grado di difficoltà: facile

A cura "Associazione Alpinistica La Montagna", in collaborazione con "Muovivi" gruppi di cammino del territorio

ore 10:00 presso Ex Mercato

Apertura dei **punti informativi** e avvio delle attività dimostrative e promozionali delle **associazioni sportive**

ore 10:30 presso Zona Palco Ex Mercato

"Nutrizione e sport" attività teorico pratica a cura 21 Lab

ore 16:00 presso spazio G.S. Pallavolo

Presentazione squadre G.S.Pallavolo Vignola

ore 16:30 presso Area Ki-Oshi

"Sport e inclusione in sicurezza"

Progetto a cura Polizia Locale UTDC e ASD Ki-Oshi.

ore 17:30 presso Zona Palco

Premiazioni degli atleti proposti dalle società

ore 18:30 presso Area danza

Esibizione della scuola di danza Danzaland

Ore 20.00 circa

Chiusura della manifestazione

ASS. SPORTIVE PARTECIPANTI

AUSL Modena Distretto di Vignola:

saranno presenti operatori del servizio Medicina dello Sport e SIAN Modena, con laboratori per ragazzi su alimentazione e movimento presso il punto informativo

Scuola Pallacanestro Vignola:

Torneo Memorial "Gioco per Friz" fasi eliminatorie e punto informativo nell'area interna del vecchio Mercato.

Attività di minibasket in Viale Mazzini, tratto tra incrocio via Gramsci e incrocio Via Bellucci.

G.S. Pallavolo:

Attività dimostrative per bambini e ragazzi nell'area volley e punto informativo

L.A.Muratori Volley: attività dimostrative per bambini e ragazzi nell'area volley e punto informativo

L.A.Muratori Tennis: attività dimostrative per bambini e ragazzi nell'area tennis e punto informativo

U.S.Terre di Castelli ASD:

attività dimostrative per bambini e ragazzi nell'area calcio e punto informativo

Comitato Territoriale CSI Modena – progetto "Bella Mossa" in collaborazione con "Insieme si può":

Attività promozionali e dimostrative per diversamente abili, bambini e ragazzi e punto informativo

ASD Ki-Oshi:

presso l'area arti marziali sotto la tettoia ex mercato Sabato dalle 15 test di tutte le discipline, dalle 16.30 esibizione di karate con la musica, alle 17 esibizione parakate dalle 17.30 prove per tutti sul tatami. Domenica mattina dalle 10 presso lo stand kiosk prove per tutti sul tatami, ore 11 esibizione bambini, a seguire attività dimostrative e di coinvolgimento dei partecipanti presso l'area arti marziali ed esibizioni degli atleti praticanti presso l'Associazione.

Durante tutto il fine settimana attività di tiro con l'arco presso i box dedicati

ASD Danzaland:

attività dimostrative e promozionali per bambini, adolescenti, adulti presso area danza e punto informativo

Coreutica Academy Dance:

promozione attività presso punto informativo

Pol.Olimpia Vignola ASD Settore Ballo:

esibizioni attività dimostrative e promozionali per bambini, adolescenti, adulti presso area danza e punto informativo

Associazione Alpinistica la Montagna:

promozione attività presso punto informativo

Circolo Pol. Olimpia Vignola asd settori atletica, ciclismo, nuoto, rugby, tennis, palestra (spazio V.Le Mazzini):

ore 16,30 Yoga - ore 17,30 pilates - promozione attività presso punto informativo

Nuoto Sub Vignola:

attività acquatiche, tiro subacqueo, hockey subacqueo e punto informativo

21 Lab – Personal Training Studio:

promozione attività, test e dimostrazioni presso punto informativo

Agesci 1 – Agesci 2:

promozione e attività dimostrative, ludiche e aggregative

SARANNO INOLTRE PRESENTI CON STAND E MATERIALI INFORMATIVI:

- **Amici del Cuore**
- **AVAP - Vignola**
- **ANT – Vignola**
- **AVIS – sez. Vignola**

Con la gradita partecipazione delle Forze Dell'Ordine

Presso l'area del Vecchio Mercato saranno aperti dalle ore 16.00 stand gastronomici a cura di **Scuola Pallacanestro Vignola, G.S. Pallavolo, ASD Ki-Oshi e Pubblica Assistenza Vignola**

43^a BICICLETTATA POPOLARE PERCORSO CITTADINO-NATURALISTICO SUL TERRITORIO DEL COMUNE DI VIGNOLA (KM 15)

3 settembre

Ore 8.00 apertura iscrizioni

Contributo iscrizione €3,00

per i maggiori di anni 12, comprensivi di snack lungo il percorso e gadget per i primi 500 iscritti

Pasta Party con gramigna alla salsiccia e crescentine al termine della manifestazione

Contributo pasta party + Bicicletтата € 12.00 (maggiori di anni 5)
Solo pasta party € 10.00

Ore 9.30 partenza

Arrivo al Vecchio Mercato.

Truccabimbi a cura **Pedale Vignolese**

A seguire **lotteria con premi, premiazione del gruppo più originale e pastaparty**

A cura di Olimpia Vignola Ciclismo, Gs Pedale Vignolese e Comitato Gemellaggi e Città Amiche

ATTIVITÀ PRESSO ALTRE SEDI

presso Centro Nuoto Vignola

3 settembre OPEN DAY dalle ore 15:00 - ingresso gratuito

Ore 15.45 attività gratuite di **Acqua Fitness**,

Dalle 16.30 attività acquatiche per bambini a cura Polivalente Olimpia Settore Nuoto.

Dalle 15.30 **truccabimbi** a cura Pedale Vignolese

Dalle 15 alle 17 attività gratuite di **Nuoto pinnato per bambini e adulti, snorkeling, immersioni con autorespiratore**, a cura di Nuoto Sub Vignola.

Ore 18.00 **"Camminata lungo il fiume"** con l'Ass. Alpinistica

La Montagna in collaborazione con **"Muovivi"** e **gruppi di cammino**. partenza dal parcheggio Centro Nuoto

