

LA BIODIVERSITÀ IN PUNTA DI PIEDI

Con la Bare Foot Run, approda al Festival la prima corsa a piedi nudi al Parco

Parco Nord Milano, 13 settembre 2011 - La Biodiversità è una come una corsa a piedi nudi: una sfida, un'occasione di libertà, l'emozione di sentirsi tutti uguali e tutti diversi, qualcosa che già esisteva ma di cui dobbiamo riscoprire la bellezza.

Il Parco Nord Milano in occasione del 5° Festival della Biodiversità (dal 15 al 25 settembre), quest'anno dedicato al tema delle foreste e della sostenibilità ambientale, organizza la **Bare Foot Run, la prima corsa campestre di 1.5 Km a piedi nudi al Parco, rivolta a tutti: runners, amatori, famiglie.**

Dalla Cascina Centro Parco (**Arco Run For Fun**) si snoderà un percorso nei prati e nei boschi che i partecipanti dovranno percorrere senza scarpe, a piedi nudi, correndo o camminando, per ritrovare il contatto umido con la terra.

Una passeggiata a contatto con tutte le varietà di materiali che la natura offre, dal terriccio alle foglie, dalla sabbia al prato, e inaspettatamente piena di benefici: le piante dei piedi sono le più sensibili al contatto con il suolo perché ricche di terminazioni nervose: i barefooters sperimenteranno la sensazione di un vero e proprio massaggio naturale e di un equilibrio psico-fisico ritrovato. Per chi sceglierà di correre sarà una sfida con se stessi e con gli altri, **la riscoperta del legame più vero e spontaneo con la natura** che riporta indietro nel tempo...ai nostri primi passi. L'essere umano è l'unico a portare un paio di scarpe, la Biodiversità glielo toglie per un giorno con la Bare Foot Run!

Al termine della corsa, per tutti i partecipanti, la borsa del Festival con un rinfresco, gadget e altre sorprese in omaggio.

I visitatori potranno iscriversi gratuitamente compilando il modulo on line sul sito del Festival: www.festivalbiodiversita.it, prenotandosi all'indirizzo prenotazioni@festivalbiodiversita.it o anche in loco fino ad un'ora prima della corsa.

Le iscrizioni verranno chiuse al raggiungimento di 250 partecipanti.

Evento in collaborazione con *Run for Fun, Associazione Nati Scalzi, Atletica Cinisello e Runners world.*

Ufficio Stampa Festival della Biodiversità
Annamaria Arcidiacono – amarcidiacono@hotmail.com – 349.2697221

Chiara Boscaro email: chiaraboscaro@parconord.milano.it
Valentina Zuddas email: valentinazuddas@parconord.milano.it
Tel: 02 2410161