



12/22 SETTEMBRE 2014

Parco Nord Milano

8° FESTIVAL DELLA

B I O D I V E R S I T À

## RUN & LIFE

Grande novità del Festival della Biodiversità è l'organizzazione dell'evento **RUN & LIFE**, una **marcia non competitiva di raccolta fondi e una camminata a piedi nudi per assaporare la biodiversità del terreno** prevista domenica 21 settembre presso il Parco Nord Milano.

L'organizzatore della corsa è l'associazione **Attivecomeprima Onlus**, che dal 1973 offre sostegno globale (medico, psicologico e psico-corporeo) alle persone colpite dal cancro e ai loro famigliari.

La corsa non competitiva e naturale è composta da un percorso tradizionale di 5 Km più 2 Km finali (facoltativi) da percorrere a piedi nudi.

Dalla Cascina Centro Parco infatti si snoda un itinerario nei prati, nei boschi e nei canali che consentirà ai partecipanti, correndo o camminando, di ritrovare il contatto umido con la terra. 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.

Un momento di contatto intenso con la natura, di allegria, vitalità e divertimento. Il costo è di € 10 per gli adulti ed € 5 per i bambini.

Presso la Cascina Centro Parco il 18 settembre alle ore 18 si terrà la presentazione della corsa e una conversazione con F. Berrino, nutrizionista.

Ritrovo e partenza presso la Cascina Centro Parco all'interno del Parco Nord Milano

Via Clerici 150, Sesto San Giovanni (MI)

Giovedì 18 settembre

h 18 **Presentazione dell'evento**

Domenica 21 settembre

h 9.30 **Run & Life: corsa non competitiva e naturale di 5 km**

h 11 **Run & Life: camminata a piedi nudi di 2,5 km per assaporare la biodiversità del terreno**

Costo del biglietto:

€ 10,00 adulto / € 5,00 bimbo (secondo bimbo gratis)

### INFO

[www.festivalbiodiversita.it](http://www.festivalbiodiversita.it)

[prenotazioni@festivalbiodiversita.it](mailto:prenotazioni@festivalbiodiversita.it)

T 02.2410161 – 02.241016251

Facebook Festival della Biodiversità

Twitter @ParcoNordMilano

### UFFICIO STAMPA

Cristiana Ferrari M 3337357510

Email – [ufficiostampa@cinetecamilano.it](mailto:ufficiostampa@cinetecamilano.it) oppure [ufficiostampa@festivalbiodiversita.it](mailto:ufficiostampa@festivalbiodiversita.it)