

EVENTO PROMOSSO DA
Comune di Trevi
Comitato "Trevi promuove salute"
Azienda UsI Umbria 2
Casa della Salute di Trevi

IN COLLABORAZIONE CON
Regione Umbria
Federsanità Anci Umbria



TREVI BENESSERE

Il week-end della salute

*EDIZIONE STRAORDINARIA
In memoria di Leonardo Cenci*

*TREVI
21/22 SETTEMBRE
2019 / dalle 9.00
alle 18.00*





9

6

5

11

11

7

2

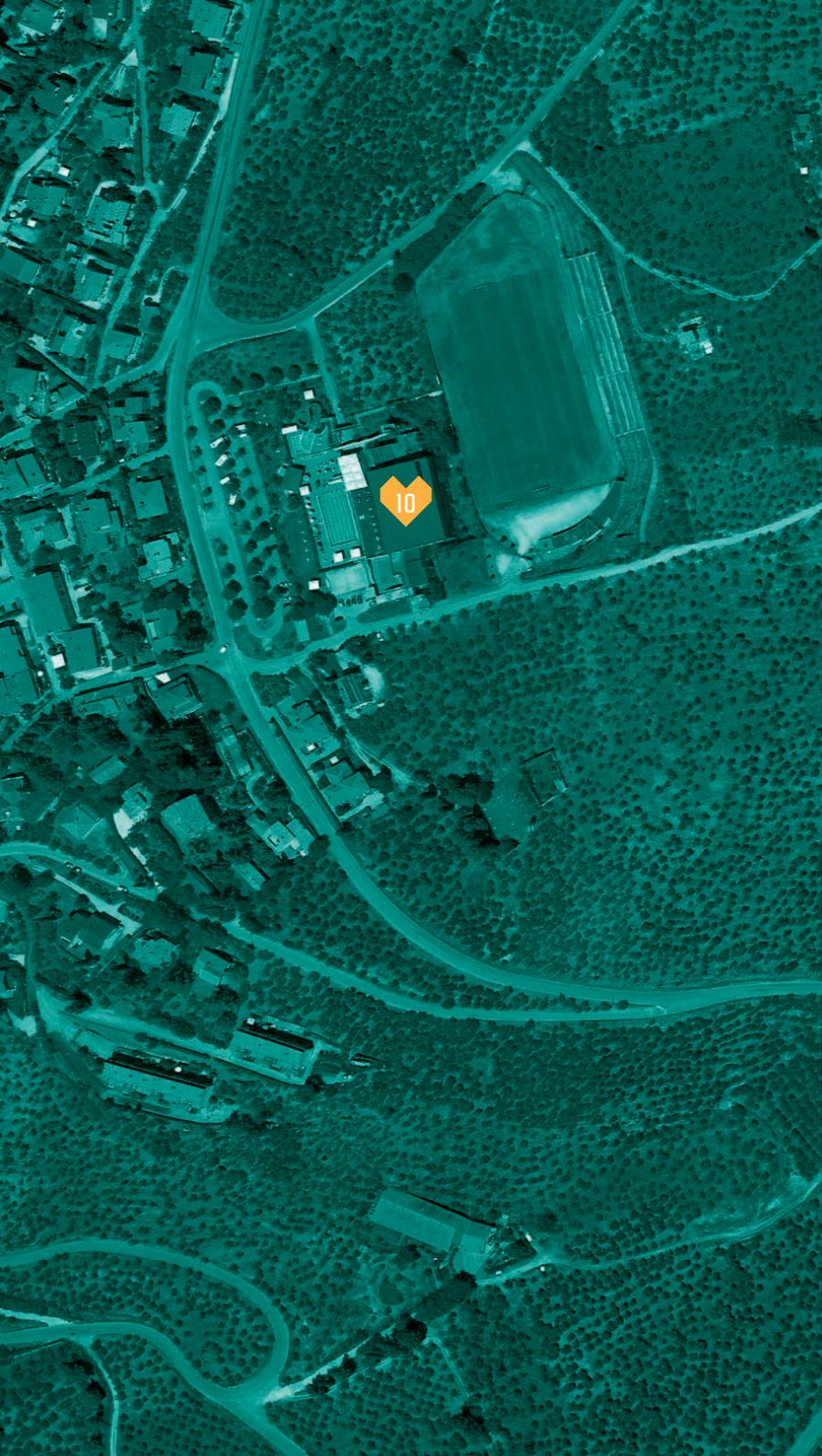
4

1

3

<<

8



DOVE TROVI BENESSERE

- 1 Teatro Clitunno
- 2 Palazzo Comunale
- 3 Villa Fabri
- 4 Polo Scolastico Trevi Capoluogo
- 5 Casa della Salute
- 6 Centro di riabilitazione intensiva neuromotoria
- 7 Piazza Mazzini
- 8 Avio Superficie Delfina loc. Morella
- 9 Museo della Civiltà' dell'ulivo
- 10 Palazzetto dello Sport (impianti sportivi S. Gallinella)
- 11 Piazza Garibaldi



Nelle giornate di Trevi benessere la Farmacia Checcarelli Petrucci di Trevi riserverà uno sconto del 10% sui farmaci senza obbligo di ricetta (SOP e OTC).

Partecipano alla manifestazione lo Stand Avis Comunale Trevi con l'animazione truccabimbi.

PROGRAMMA

SABATO 21 SETTEMBRE

ORE 9.00
Piazza Garibaldi
APERTURA MANIFESTAZIONE
E SALUTI DELLE AUTORITÀ
A cura di Ruzzolini4fitness e DJ Set Sartos

ORE 9.00 RITROVO - ORE 9.15 PARTENZA
Piazza Garibaldi
RADUNO PODISTICO NON COMPETITIVO
"IN MEMORIA DI LEONARDO CENCI"
Aperto a tutti di 3 e 8 km circa con possibilità di usufruire di spogliatoi e docce presso gli impianti sportivi S.Gallinella di Via Coste San Paolo.
A cura di "ATLETICA WINNER FOLIGNO".
(Attività autogestita e gratuita. Info 335 6511225 – Gian Luca Mazzocchio). Al termine, ristoro benessere gentilmente offerto da Forno Verzari - Borgo Trevi

ORE 9.00 RITROVO - ORE 9.15 PARTENZA
Piazza Garibaldi
SESSIONE DI ATLETICA LEGGERA
PROMOZIONALE PER BAMBINI 5/12 ANNI
A cura di "ATLETICA WINNER FOLIGNO".
(Attività autogestita e gratuita.
Info 339 4999008 - Fabrizio Germani)

ORE 9.30 - 18.00
Sala del Profeta Daniele, Villa Fabri
ESPOSIZIONE E PROIEZIONE VIDEO DEI DISEGNI DI
LUCA CISTERNINO
A cura del Comitato Promotore ANFFAS della provincia di Perugia.

ORE 9.30 - 10.30
Piazza Garibaldi
A SCUOLA DI BENESSERE
Attività ludico-sportiva per gli alunni dell'Istituto

T. Valenti di Trevi con la partecipazione della "Trevi Volley" B1 femminile.
A cura dello staff Trevi Volley, degli insegnanti in scienze motorie Silvia Sartini, Alessia Raponi, Claudia Scarponi e dell'insegnante di educazione fisica dell'Istituto T. Valenti Paolo Santarelli.

ORE 9.00 - 13.00
Teatro Clitunno
SEMINARIO "NUOVE PROSPETTIVE NEL III MILLENNIO: ATTIVITÀ FISICA TRA INTERVENTI SANITARI E COMUNITARI"
Seminario e progetto formativo per operatori del settore (8252-134 Crediti ECM 2019:4). Aperto al pubblico.
Degustazione prodotti tipici locali del partenariato "Trevi un cuore di qualità"

ORE 9.30 - 11.00
Piazza Garibaldi
L'ATLETA LUCA PANICHI SCALA TREVI IN CARROZZINA
Scalata da Borgo Trevi a Trevi.

ORE 9.30 - 12.00
Via Cannaiola 1/A, Borgo Trevi – Farmacia Trampetti Mariella
MISURAZIONE DI GLICEMIA, PRESSIONE ARTERIOSA, COLESTEROLO... PER LA PREVENZIONE CARDIOVASCOLARE
Screening e prevenzione gratuiti; consulenza su integratori per sportivi.
(Attività su appuntamento allo 0742 78346)

Ore 10.00 - 19.00
Villa Fabri
OLI ESSENZIALI "DO TERRA"
Presentazione degli oli essenziali DO TERRA di grado di purezza certificato e testato. Si effettuano aroma



touch mano, test energetico degli oli essenziali.
A cura di Gorizia Vergari - Cittadinanza Attiva.
(Attività gratuita autogestita - Per info. 338 1634018)

ORE 10.00 - 18.00

Sala delle Eremitte, Villa Fabri
LA MANIPOLAZIONE OSTEOPATICA

Un corpo fluido, drenato con sistema linfatico funzionante genera sincronia di corpo e mente. Verrà eseguito un trattamento di rilasciamento dei diaframma pelvico toracico e cervicale di 30 minuti a persona.
A cura di Ferri Anna Chiara Fisioterapista e Osteopata in collaborazione con la Palestra Flex Village.
(Attività gratuita autogestita. Info e prenotazioni 3661523943)

ORE 10.00 - 18.00

Sala delle quattro Sante, Villa Fabri
MASSAGGI DECONTRATTURANTI PROFESSIONALI

trattamento di massaggio decontratturante rivolto a tutti coloro che svolgono attività sportive con diverse intensità e impegni muscolari.
Ottimizza il recupero generale dell'apparato muscolo tendineo e ne previene anche i traumi.
A cura di Stefano Vitali Massofisioterapista specializzato in riabilitazione ortopedica di spalla e ginocchio in collaborazione con la Palestra Flex Village.
(Attività gratuita autogestita. Info e prenotazioni 3661523943)

ORE 10.00 - 18.00

Villa Fabri
PURE ESSENTIAL WELLNESS

Ti aspettiamo per conoscere e provare gli Oli Essenziali Puri e Testati. Essenze pure di piante, fiori, bacche... Doni della natura che ci aiutano a raggiungere il benessere fisico e mentale.
(Info: Sofia Sonno 392 6495804)

ORE 10.00 - 12.00

Giardino superiore, Villa Fabri
PRESENTAZIONE KIT "SENTI COME MI SENTO"

A cura del Gruppo Operativo AISM Foligno-Spoleto-Valnerina, Sezione Perugia
ORE 10.00 - 12.00
Aviosuperficie "Delfina" Loc. Morella, Trevi
PROVE DI VOLO A BORDO DI ULTRA LEGGERI
Attività autogestita su prenotazione a pagamento della durata di 15 minuti.
A cura di "Avio Club Trevi"
(Costi e info. 3396003625)

ORE 10.00 - 13.00

Piscina del Centro di Riabilitazione Intensiva Neuromotoria, primo piano
PROVE GRATUITE DI: GINNASTICA POSTURALE IN ACQUA, IDROKINESITERAPIA DI GRUPPO O INDIVIDUALE, TEKAR TERAPIA, LASER TERAPIA

Visite libere al centro. Attività solo su prenotazione.
Le persone che si iscriveranno in questi due giorni dell'evento potranno usufruire di uno sconto del 10% sulle future prime dieci prestazioni.
A cura dell'Associazione Polisportiva Disabili Foligno (Attività gratuita autogestita. Info e prenotazioni Fabio Giovannini 392 9518713)

ORE 11.00 - 12.30

Cappella dei Boemi, Villa Fabri
KUNDALINI YOGA

In questi nostri tempi duri e bui, lo stress e l'essere costantemente sotto pressione accomuna gran parte degli esseri umani.
Ciò può determinare affaticamento, irritazione, malattia, scarsa vitalità, il susseguire di reazioni automatiche.
Utilizziamo la tecnologia dei krya e meditazioni del Kundalini Yoga per rilassarci, togliere ansia, stress, far circolare e bilanciare la nostra energia e lasciarci

guidare nel flusso della vita dalla nostra intuizione.
Necessario portare un tappetino.
A cura dell'insegnante Tiziana Bigi Guru Siri Kaur, fondatrice e direttrice del Centro Kundalini Yoga di Foligno (Attività gratuita autogestita. Info 347 6706984)

Ore 12.30 - 13.30

Parco Villa Fabri
SESSIONE DI YOGA DELLA RISATA - RIDERE, SORRIDERE, COLTIVARE E NUTRIRE IL BUONUMORE

È un'idea per ridere senza il bisogno della razionalità, senza dover necessariamente basarsi sulla comicità, le barzellette e le battute di spirito; attraverso il contatto visivo, presto la risata indotta si trasforma, diventando naturale e contagiosa.
A cura di Grazia Fortuzzi, Counselor ad Orientamento Gestaltico - Insegnante di Yoga della Risata (Attività autogestita e gratuita. Info 339 8525539)

ORE 14.00 - 16.30

Centro di Riabilitazione Intensiva Neuromotoria, palestra tecnologica
VALUTAZIONE EQUILIBRIO DELLE PERSONE A RISCHIO CADUTA

Screening gratuito tramite una pedana stabilometrica per valutare l'equilibrio e il rischio di cadute.
A cura del Dott. Silvano Baratta, responsabile del Centro, e del suo staff. (Su prenotazione al n.0742 332269 negli orari 10:30-13:00 e 15:00-18:00)

ORE 14.00 - 17.00

Piscina del centro di riabilitazione neuromotoria, primo piano
PROVE GRATUITE DI: GINNASTICA POSTURALE IN ACQUA, IDROKINESITERAPIA DI GRUPPO O INDIVIDUALE, TEKAR TERAPIA, LASER TERAPIA

Visite libere al centro. Attività solo su prenotazione.
Le persone che si iscriveranno in questi due giorni



Saranno presenti alla manifestazione lo Stand di Avanti tutta Onlus e di Herbalife Nutrition.

PROGRAMMA

SABATO 21 SETTEMBRE

dell'evento potranno usufruire di uno sconto del 10% sulle future prime dieci prestazioni. (Attività gratuita autogestita. Per info e prenotazioni Fabio Giovannini 392 9518713))

ORE 15.00 - 15.35

Piazza Garibaldi

LEZIONE CIRCUITI FUNZIONALI

Allenamento a stazioni con intensità medio-alta di tutti i distretti muscolari. L'obiettivo è il miglioramento trasversale di: forza, mobilità, coordinazione, equilibrio, agilità e capacità aerobica. Verranno utilizzate corde, kettlebell, power bag, manubri, madball, ma soprattutto il vostro corpo. A cura dell'insegnante Claudia Scarponi. (Attività autogestita e gratuita. Info 3491633050)

ORE 15.40 - 16.10

Piazza Garibaldi

LEZIONE STRONG AND DYNAMIC BODY

Mix di allenamento funzionale e potenziamento muscolare con movimenti combinati e coreografici. A cura di Alessia Raponi, insegnante di scienze motorie. (Attività autogestita e gratuita. Info 345 1774678).

ORE 16.00

RACCOLTA D'ARTE DI SAN FRANCESCO

GIORNATE EUROPEE DEL PATRIMONIO 2019

"Un due tre... Arte! - Cultura e intrattenimento" visita guidata al nuovo allestimento del museo, per scoprire le storie e i protagonisti delle opere presenti nel rinnovo percorso espositivo.

A cura di Sistema Museo. Iniziativa gratuita
Numero massimo di partecipanti: 20 persone
(Info 0742381628 trevi@sistemamuseo.it)

ORE 16.00 - 16.45

Terrazzo, Villa Fabri

DanzaPerTe NO LIMITS DANCING

Attraverso la musica, il movimento, la forza espressiva e la comunicatività del linguaggio artistico, questa pratica di danza di comunità (nata come specifica per la Malattia di Parkinson e poi evolutasi in una forma inclusiva) si pone come un viaggio nel corpo alla ricerca del piacere di muoversi e alla riscoperta di modi di connettersi con lo spazio, il tempo, se stessi e gli altri. La classe è aperta a tutti, è necessaria solo la voglia di stare bene!

A cura di Teresa Rospetti - Diplomata Accademia Nazionale di Danza di Roma.

(Attività autogestita e gratuita. Info al n. 333 7108034)

ORE 16.00 - 19.00

Aviosuperficie "Delfina" Loc. Morella, Trevi

PROVE DI VOLO A BORDO DI ULTRA LEGGERI

Per i bambini sono previste attività con modellini giocattolo.

A cura di "Avio Club Trevi".

(Attività su prenotazione a pagamento della durata di 15 minuti. Costi e info al n. 3396003625)

ORE 17.00 - 19.30

Piazza Garibaldi

ESIBIZIONE DI SCHERMA

L'Accademia Scherma Spoleto ASD porterà con se i propri allievi e Maestri di scherma che daranno luogo ad una Esibizione di Scherma.

(Attività autogestita e gratuita. Info Valeria Carlini 340 8617361)



PROGRAMMA

DOMENICA 22 SETTEMBRE

ORE 9.00 - 12.00

Via Cannaiola 1/A, Borgo Trevi - Farmacia Trampetti Mariella

MISURAZIONE DI GLICEMIA, PRESSIONE ARTERIOSA, COLESTEROLO... PER LA PREVENZIONE CARDIOVASCOLARE

Screening e prevenzione gratuiti; consulenza su integratori per sportivi.
(Attività su appuntamento allo 0742 78346)

A cura dei Ruzzolini4Fitness con lo stacchetto di Trevi Benessere 2019

ORE 10.00 - 12.00

Giardino Superiore, Villa Fabri

PRESENTAZIONE KIT "SENTI COME MI SENTO"

A cura del Gruppo Operativo AISM Foligno-Spoleto-Valnerina Sezione Perugia.

ORE 9.30 - 11.30

Ritrovo: Parco Villa Fabri - Arrivo: Piazza Mazzini

CAMMINATA DELLA SALUTE FRA GLI ULIVI DELLA FASCIA OLIVATA

A cura di AVIS Comunale Trevi
(Attività autogestita e gratuita. Info al n. Tel.0742/381513 – Cell. 320/4039955)

ORE 10.00 - 18.00

Sala delle Eremite, Villa Fabri

LA MANIPOLAZIONE OSTEOPATICA

Un corpo fluido, drenato con sistema linfatico funzionante genera sincronia di corpo e mente. Verrà eseguito un trattamento gratuito di rilasciamento dei diaframma pelvico toracico e cervicale di 30 minuti a persona.

A cura di Ferri Anna Chiara Fisioterapista e Osteopata in collaborazione con la Palestra Flex Village. - (Attività gratuita autogestita)
(Info e prenotazioni 366 1523943)

ORE 9.30 - 10.30

Parco, Villa Fabri

LA FRANCESCANA CICLOSTORICA DELL'UMBRIA

Ritrovo con colazione offerta per i partecipanti alla "Ciclostorica dell'Umbria", una manifestazione non competitiva riservata alla categoria cicloturismo d'epoca che si svolgerà nei comuni di Bevagna, Campello sul Clitunno, Cannara, Foligno Montefalco e Trevi.

ORE 10.00 - 18.00

Sala delle quattro sante, Villa Fabri

MASSAGGI DECONTRATTURANTI PROFESSIONALI

trattamento di massaggio decontratturante rivolto a tutti coloro che svolgono attività sportive con diverse intensità e impegni muscolari.

Ottimizza il recupero generale dell'apparato muscolo tendineo e ne previene anche i traumi.

A cura di Stefano Vitali Massofisioterapista specializzato in riabilitazione ortopedica di spalla e ginocchio in collaborazione con la Palestra Flex Village.
(Attività gratuita autogestita. Info e prenotazioni 3661523943)

ORE 9.30 - 18.00

Sala del Profeta Daniele, Villa Fabri

ESPOSIZIONE E PROIEZIONE VIDEO DEI DISEGNI DI LUCA CISTERNINO

A cura del Comitato Promotore ANFFAS della provincia di Perugia.

ORE 10.00

Piazza Garibaldi

APERTURA DELLE DANZE, RISVEGLIO MUSCOLARE



PROGRAMMA

DOMENICA 22 SETTEMBRE

ORE 10.00 - 12.00

Aviosuperficie "Delfina" Loc. Morella, Trevi
PROVE DI VOLO A BORDO DI ULTRA LEGGERI

Per i bambini sono previste attività con modellini giocattolo.

A cura di "Avio Club Trevi".

(Attività su prenotazione a pagamento della durata di 15 minuti. Costi e info al n. 339 6003625)

ORE 10.00 - 12.30

Centro di Riabilitazione Intensiva Neuromotoria, palestra tecnologica
VALUTAZIONE EQUILIBRIO DELLE PERSONE A RISCHIO CADUTA

Screening gratuito e su prenotazione tramite una pedana stabilometrica per valutare l'equilibrio e il rischio di cadute. A cura del Dott. Silvano Baratta, responsabile del Centro, e del suo staff. (Info e prenotazioni 0742 332269 dal lunedì al venerdì: 10:30-13:00 e 15:00-18:00)

ORE 10.00 - 13.00

Piscina del centro di Riabilitazione Intensiva Neuromotoria, primo piano
PROVE GRATUITE DI: GINNASTICA POSTURALE IN ACQUA, IDROKINESITERAPIA DI GRUPPO O INDIVIDUALE, TEKAR TERAPIA, LASER TERAPIA

Visite libere al centro. Attività solo su prenotazione. Le persone che si iscriveranno in questi due giorni dell'evento potranno usufruire di uno sconto del 10% sulle future prime dieci prestazioni. A cura dell'Associazione Polisportiva Disabili Foligno - (Attività gratuita autogestita). (Info e prenotazioni: Fabio Giovannini 392 9518713)

ORE 10.00 - 18.00

Villa Fabri
PURE ESSENTIAL WELLNESS

Ti aspettiamo per conoscere e provare gli Oli Essenziali Puri e Testati. Essenze pure di piante, fiori, bacche... Doni della natura che ci aiutano a raggiungere il benessere fisico e mentale.
(Info: Sofia Sonno 392 6495804)

ORE 10.30 - 12.00

Parco, Villa Fabri

HAPPY HIPS VINYASA FLOW: UNA LEZIONE INCENTRATA SUL BENESSERE DELLE NOSTRE ANCHE E L'APERTURA DEL BACINO.

Classe di Odaka yoga. Tensioni e stress vengono sommatizzati dal nostro corpo causando rigidità articolare e muscolare. Nello yoga la zona del bacino, viene considerata un punto peculiare di accumulo delle nostre emozioni. Praticare sulla mobilità delle anche in modo fluido favorirà anche il rilascio delle nostre tensioni emozionali. Armonizzando questa espansione fisica con l'ascolto del nostro respiro vivremo un'esperienza di massimo beneficio per la mente e il corpo.

A cura di Maria Assunta Siena e Nicole Benedetti, istruttrici certificate di Odaka Yoga – Flex Village.

Si consiglia di portare un tappetino.

(Attività autogestita e gratuita. Gradite prenotazioni. Info al n. 349 6004688)

ORE 11.00

Partenza: San Francesco, Largo Don Bosco, 14
TREVI A PIEDI

TREVI, UN BORGO IMMERSO NEL PAESAGGIO

Percorso di trekking urbano alla scoperta di luoghi unici, ricchi di arte e storia della città di Trevi. Itinerario guidato a chiese, palazzi e monumenti che spiccano in un mare di ulivi, tra vicoli stretti e sentieri naturalistici.

Partenza da raccolta San Francesco, Largo Don Bosco 14, Trevi.

(Durata 2 ore – Grado di difficoltà: turistico – adatto a persone di ogni età – Numero massimo di partecipan-



ti: 20 persone – Quota di adesione 5 euro)
(Attività autogestita e gratuita. Info 0742 381628 –
trevi@sistemamuseo.it)

ORE 11.00

**Raccolta d'arte di San Francesco
GIORNATE EUROPEE DEL PATRIMONIO - 2019**

“Un due tre... Arte! - Cultura e intrattenimento”
visita guidata al nuovo allestimento del museo, per
scoprire le storie e i protagonisti delle opere presenti
nel rinnovo percorso espositivo.

A cura di Sistema Museo

Iniziativa gratuita

Numero massimo di partecipanti: 20 persone
(Info 0742381628| trevi@sistemamuseo.it)

ORE 11.00 - 12.00

**Sala grande inferiore, Villa Fabri,
SESSIONE DI CALLANETICA MASSOFISIOTERAPIA E
SESSIONE DI CALLANETICA INTEGRATA**

Disciplina anaerobica, mirata a ridefinire la silhouette,
eliminando le sproporzioni in maniera armonica,
appiattisce l'addome, rassoda il seno, snellisce cosce
e caviglie; migliora l'effetto drenante, il ritorno venoso,
la postura, la mobilità articolare, la consapevolezza di sé,
il benessere psicologico.

A cura dell'insegnante di callanetica Miriam Milanese.
(Attività autogestita e gratuita. È gradita prenotazione
al n. 333 7677153)

ORE 11.00 - 12.00

**Cappella Boemi, Villa Fabri
DANZARE NEI COLORI DELL'AUTUNNO**

Oggi vi proponiamo di venire con noi...
in uno spazio solare e pieno di colore, dove risvegliare
il corpo e le sue energie assopite, lasciandoci andare
alla danza ed al movimento...
Un'ora in cui vivere insieme il piacere di esprimere la

nostra danza attraverso i colori dell'autunno che ci
regalano relax.
(Attività autogestita e gratuita del Centro Umbro
DanzaMovimentoTerapia di Daniela D'Aurizio e Patrizia
Pelliccia. È gradita prenotazione al 328 0333869, 339
3627407)

ORE 12.15 - 12.45

**Cappella Boemi, Villa Fabri
“DANZE IN CERCHIO”**

Sono una raccolta di danze tradizionali elaborate su
temi ispirati alla natura e ai suoi ritmi.
Danziamo per collegarci alle radici dell'Umanità che
ha sempre scelto la danza come linguaggio
privilegiato per celebrare i passaggi importanti della
vita.

(Attività autogestita e gratuita del Centro Umbro
DanzaMovimentoTerapia di Daniela D'Aurizio e Patrizia
Pelliccia. È gradita prenotazione al 328 0333869, 339
3627407)

ORE 14.00 - 16.00

**Centro di Riabilitazione Intensiva Neuromotoria,
palestra tecnologica
VALUTAZIONE EQUILIBRIO DELLE PERSONE A RISCHIO
CADUTA**

Screening gratuito e su prenotazione tramite una
pedana stabilometrica per valutare l'equilibrio e il
rischio di cadute.

A cura del Dott. Silvano Baratta, responsabile del
Centro, e del suo staff.
(Info e prenotazioni 0742 332269 dal lunedì al venerdì:
10.30-13.00 / 15.00-18.00)

ORE 15.00

**Piazza Garibaldi
TREVI BENESSERE RICORDA LEONARDO CENCI**
Il comune di Trevi, lo staff di Trevi Benessere, per

cultivare e tramandare l'eredità di Leonardo, hanno
acquistato alcune copie del suo libro: “Vivi, ama,
corri. Avanti tutta!” il cui ricavato andrà per la sua
causa.
Saranno presenti familiari e il fratello Federico Cenci.

ORE 15.30

**Raccolta d'arte di San Francesco
ART DETECTIVE**

Visita interattiva per bambini 5-12 anni
Come abili detective, muniti di pianta e spirito di
osservazione, andiamo a caccia di misteriosi protago-
nisti e dettagli nascosti in alcune opere d'arte

A cura di Sistema Museo

Iniziativa gratuita

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA

Numero massimo di partecipanti: 20 persone
(Info 0742381628 trevi@sistemamuseo.it)

ORE 16.00

**Sala Salomone, Villa Fabri
PRESENTAZIONE DEL LIBRO: “MI DISPIACE, SUO
FIGLIO E' AUTISTICO”**

Scritto e presentato da Gabriella La Rovere: sono le
parole di una madre, che è anche un medico, nate
accanto alla realtà di vivere ogni giorno una relazione
speciale. Essere genitori di bambini, ragazzi (e un
giorno adulti) autistici significa essere più che mai
tramite tra il figlio e il mondo.

(Info: 340 7307365)

ORE 14.00 - 17.00

**Piscina del centro di Riabilitazione Neuromotoria,
primo piano
PROVE GRATUITE DI: GINNASTICA POSTURALE IN AC-
QUA, IDROKINESITERAPIA DI GRUPPO O INDIVIDUALE,
TEKAR TERAPIA, LASER TERAPIA**

Visite libere al centro. Attività solo su prenotazioni.



A "TREVİ BENESSERE, IL WEEKEND DELLA SALUTE" PORTERANNO IL LORO MESSAGGIO PER UNA VITA DA SANI:

Elisabetta Barreca, atletica leggera;
Alessandro Cini, campione di spada;
Andrea Mazzantini, ex calciatore,
portiere Inter e Perugia; Luca Panichi,
campione paralimpico; Clotilde
Scarponi, campionessa di scherma;
Alessandro Terrin, nuotatore;
Francesca Zafrani, salto con l'asta;
Asd Trevi Volley B1

PROGRAMMA

DOMENICA 22 SETTEMBRE

Le persone che si iscriveranno in questi due giorni dell'evento potranno usufruire di uno sconto del 10% sulle future prime dieci prestazioni.

A cura dell'Associazione Polisportiva Disabili Foligno - (Attività gratuita autogestita)
(Per info e prenotazioni Fabio Giovannini
392.9518713)

ORE 16.00 - 16.45

Piazza Garibaldi

DANZA IS LIFE

Danzare con i piedi, con le idee, con le parole aspettando il saggio finale. Si esibirà con: Zumba, hip hop, danza classica, danza moderna, parkour.

A cura della scuola "Formidable Music Dance School ASD".
(Attività autogestita e gratuita. Info 346 2427061)

ORE 16.00 - 19.00

Aviosuperficie "Delfina" Loc. Morella, Trevi

PROVE DI VOLO A BORDO DI ULTRA LEGGERI

Per i bambini sono previste attività con modellini giocattolo.

A cura di "Avio Club Trevi".

(Attività su prenotazione a pagamento della durata di 15 minuti. Costi e info al n. 339 6003625)

ORE 17.00 - 18.00

Piazza Garibaldi

Asd GINNASTICA RITMICA "ARCOBALENO" & Scuola Comunale DANZATREVI

Le piccole e le grandi ginnaste dell'Associazione sportiva di ginnastica ritmica "Arcobaleno" di Trevi si esibiranno in vari esercizi di corpo libero e con attrezzi, sia a squadre che individuali.

I ballerini e le ballerine di Danzatretevi proporranno coreografie e contaminazioni in un alternarsi di tecnica classica, moderno e hip hop.

Ancora una volta le due associazioni "storiche" del territorio insieme per promuovere il BEN-ESSERE & il CRESCERE IN-FORMA.

(Attività autogestita e gratuita.)

ORE 17.00 - 19.00

Piazza Garibaldi

ESIBIZIONE DI SCHERMA

L'Accademia Scherma Spoleto ASD porterà con se i propri allievi e Maestri di scherma che daranno luogo ad una Esibizione di Scherma.

(Attività autogestita e gratuita.)

ORE 18.30

Piazza Garibaldi, Trevi

"A surprise ending - against cancer"

CHIUSURA CON FLASH COLOR DI TREVİ BENESSERE 2019

A cura dei Ruzzolini4Fitness.



Comune di Trevi



Comune di Campello



1 Novembre 2019

OLIO TREKKING

sulla fascia olivata

14 - 27 Km

Organizzato da :



Pro Trevi

In collaborazione con:



www.oliotrekking.it

*L'organizzazione declina ogni
responsabilità per danni a persone o
cose durante lo svolgimento
della manifestazione.*

*Le foto scattate durante la manife-
stazione verranno pubblicate sul sito
e sui social.*



www.trevibenessere.it

Si ringraziano tutti colori che a vario titolo hanno reso possibile la manifestazione.

