

CALENDARIO EVENTI SABATO 4 OTTOBRE

**SPORTIVA
MENTE**
FEEL THE MOVE

**ORE 10.45 INAUGURAZIONE EVENTO
SPORTIVAMENTE - FEEL THE MOVE**

**ORE 9-10 - TILT ASD:
LEZIONE MORNING YOGA - MARTINA CHALIER**

**ORE 9-10 - KAYAK SPORT EXPERIENCE ASD:
USCITA DI GRUPPO**

**ORE 9-19 - TILT ASD:
DIMOSTRAZIONE E PROVE DI ALLENAMENTO IN
SOSPENSIONE NELL'AMACA**

**ORE 9-19 - TILT ASD:
PROVE DI TECNICA DI PEDALATA SPINNING**

**ORE 9-11 - HIGH FIVE OUTDOOR ADVENTURES
MOUNTAIN BIKE:
INAUGURAZIONE PERCORSO URBAN KIDS,
DIVERTIMENTO ASSICURATO TRA CURVE E
OSTACOLI IN LEGNO.**

**ORE 9.30-12.30 - RARI NANTES PALLANUOTO:
GIOCHI E ATTIVITÀ PER APPROCCIARSI ALLA
PALLANUOTO CON L'ALLENATORE DELLA
PRIMA SQUADRA MASCHILE**

**ORE 10-11 - BICICLANDO:
MINI TOUR GUIDATO IN E-BIKE**

**ORE 10-12 - BICICLANDO:
ATTIVITÀ BAMBINI - GINCANA**

**ORE 10-18 - ROCK THE DOG:
PERCORSI PER CANI CHE STIMOLANO I SENSI E
PORTANO IL BINOMIO A SUPERARE PICCOLE
DIFFICOLTÀ ASSIEME RINFORZANDO IL RAPPORTO**

**ORE 10 - ROCK THE DOG:
RITROVO PRESSO OASI PARK PER ESCURSIONE
SPORTIVA PER CANE E CONDUTTORE DURATA 2H,
8 KM 230 MT DI DISLIVELLO**

**ORE 10-10.30 - DINAMICA:
NATUROPOSTURA / PILATES**

**ORE 10-12 - IMPERIAL CIRCUS:
PROVE E DIMOSTRAZIONI**

**ORE 10-19 - FEROCITY ACADEMY:
PROVE AL PALO**

**ORE 10-18 - KARATE FUDOSHIN:
POSSIBILITÀ DI PROVARE UN ALLENAMENTO E
DIMOSTRAZIONI DEGLI ASSOCIATI**

**ORE 10-18 - VIVASPORT IMPERIA:
ISCRIZIONE AL TORNEO DI HOCKEY 3VS3
CAMMINATO CHE SI TERRÀ DOMENICA
APERTO A TUTTE LE ETÀ E TIPOLOGIE DI PARTECIPANTI**

**ORE 10-11 - VIVASPORT IMPERIA:
PALLA 'CAGNOLINO' - SFIDA A TEMPO SULLA CONDUZIONE
DI PALLA DELL'HOCKEY**

**ORE 10-12 - REDS RUGBY:
PICCOLI PERCORSI CON LA PALLA OVALE**

**ORE 10.30-11 - ZENFIT:
FUNCTIONAL FITNESS (METODO ZENFIT)**

**ORE 10-18 - ROLLER SANBART:
DIMOSTRAZIONE DEL PATTINAGGIO ARTISTICO A ROTELLE
POSSIBILITÀ DI PROVARE L'ATTIVITÀ**

**ORE 10-18 - GOLFO DI DIANA VOLLEY:
ENTRA NEL CAMPO DEL VOLLEY PER PROVARE L'ATTIVITÀ**

**ORE 10-19 - CERCHIO D'ORO RITMICA IMPERIA:
DIMOSTRAZIONE CON PICCOLI ATTREZZI DELLA
GINNASTICA RITMICA E POSSIBILITÀ DI PROVARE
L'ATTIVITÀ CON ASSISTENZA**

**ORE 10-18 - BLUE PONENTE BASKET:
POSSIBILITÀ DI PROVARE L'ATTIVITÀ E TIRARE A CANESTRO**

**ORE 10-18 - GRUPPO SPORTIVO GARESIO SPORT:
POSSIBILITÀ DI PROVARE IL SIMULATORE DI SCI**

ORGANIZZAZIONE TECNICA A CURA DI:



REGIONE
LIGURIA



COMUNE DI DIANO MARINA
ASSESSORATO ALLO SPORT



CALENDARIO EVENTI SABATO 4 OTTOBRE

**SPORTIVA
MENTE**
FEEL THE MOVE

ORE 10-19 - YEPPA:

PROVE DI ARRAMPICATA PER BAMBINI

ORE 10-11 - DIANO YOGA:

HATHA YOGA E LA MTC (MIRA A RIEQUILIBRARE L'ENERGIA VITALE LUNGO I MERIDIANI)

ORE 10.15-11.15 - TILT ASD:

LEZIONE VINYASA YOGA - NAGUA EL SABAGH

ORE 10-18 - DIANESE OUTDOOR ASD:

POSTAZIONE PER LE ISCRIZIONI AL TRAIL DEL CIAPA' 2025

ORE 10-13 - AMICI DEL CASTELLO PALLAPUGNO:

TI PRESENTO IL MIO PUGNO - MINI DIMOSTRAZIONE SU COME BENDARSI IL PUGNO TRA TECNICA E CURIOSITÀ
SFIDA DI PALLEGGI E GIOCHI CON LA PALLA
MINI TORNEI DI PALLAPUGNO LEGGERA 1VS1 O 2VS2

ORE 10-17 - CLUB DEL MARE:

POSSIBILITÀ DI USCITA IN MARE SULLA BARCA A VELA (SOLO IN CONDIZIONI METEO FAVOREVOLI)

ORE 10-18 - DIANO PADEL:

GIOCHI DI MOBILITÀ CON PALLINE E CON RACCHETTE, PALLEGGI A DUE, SCAMBI CON I MAESTRI SEMPRE PRESENTI

ORE 10-18 - CIRCOLO NAUTICO:

MOSTRA FOTOGRAFICA E FILMATI

ORE 10-18 - IL CIRCOLO TENNIS:

GIOCHI DI MOBILITÀ CON PALLINE E CON RACCHETTE, PALLEGGI A DUE, SCAMBI CON I MAESTRI SEMPRE PRESENTI

ORE 10-12 - GOLFO DIANESE:

GARE DI PALLEGGI E MINI PARTITELLE 2VS2

ORE 10-18 - PESCA SPORTIVA:

MOSTRA FOTOGRAFICA E FILMATI DEL GRUPPO PESCA SPORTIVA

ORE 10.15-11.15 - TILT ASD:

YOGA IN SPIAGGIA - YOGA PER GLI OCCHI - CATERINA POLINI

ORE 10.30-11.30 - KAYAK SPORT EXPERIENCE ASD:

USCITA DI GRUPPO

ORE 10.30-11.30 - IMPERIA DIANO SURF:

LEZIONE PROVA TEORICA E PRATICA DI SURF O SUP
DURATA 30 MINUTI - MAX. 6 PARTECIPANTI

ORE 11 - BALLET SCHOOL:

DANZA CLASSICA

ORE 11-11.30 - HIGH FIVE OUTDOOR ADVENTURES MOUNTAIN BIKE:

GIRO DEL VILLAGGIO IN BICI IN TRENINO PER LE VIE DI DIANO.

ORE 11-12- INFORMARE:

WORKSHOP 'IL PRIMO RESPIRO NEL BLU' SULL'USO DELLE ATTREZZATURE SUBACQUEE - DAI 14 ANNI IN SU
BOX N.9 - PORTO DI DIANO MARINA

ORE 11 - IMPERIAL CIRCUS:

DIMOSTRAZIONE PER BAMBINI

ORE 11-11.30 - DINAMICA:

FUNCTIONAL TRAINING

ORE 11 - DIANO PADEL:

DIMOSTRAZIONE DA PARTE DEI MAESTRI E DEI RAGAZZI AGONISTI

ORGANIZZAZIONE TECNICA A CURA DI:



REGIONE
LIGURIA



COMUNE DI DIANO MARINA
ASSESSORATO ALLO SPORT



CALENDARIO EVENTI SABATO 4 OTTOBRE

**SPORTIVA
MENTE**
FEEL THE MOVE

ORE 11-12 - DKD KARATE:
ESECUZIONE DI MINI LEZIONI DIMOSTRATIVE CON
POSSIBILITÀ DI PARTECIPARE

**ORE 11.30-12.30 - HIGH FIVE OUTDOOR
ADVENTURES MOUNTAIN BIKE:**
LEZIONE PER I BIMBI: LA SICUREZZA E LA
CORRETTA POSIZIONE IN BICI.

ORE 11.30-12 - ZENFIT:
HIIT (ALLENAMENTO AD ALTA INTENSITÀ)

ORE 11.30-12.30 - TILT ASD:
LEZIONE YAUDHA YOGA - ROBERTA SASSO

ORE 11.30-12.15 - FEROCITY ACADEMY:
ALLENAMENTO DI GRUPPO - MAX. 5 PERSONE

ORE 11.30-12.30 - TILT ASD:
YOGA IN SPIAGGIA - IL LOTO FIORITO -
YOGA DEL CUORE - MARTINA GHIAZZA

ORE 12-12.30 - BICICLANDO:
LABORATORIO BAMBINI - COME CONTROLLARE
LA PRESSIONE DELLE GOMME

ORE 12-12.30 - DINAMICA:
NATUROPOSTURA / PILATES

ORE 12 - ROLLER SANBART:
ESIBIZIONE DEL PATTINAGGIO
ARTISTICO A ROTELLE

ORE 12-12.30 - KAYAK SPORT EXPERIENCE ASD:
DIMOSTRAZIONE TECNICA DELLA PAGAIATA
SU SIMULATORE

ORE 12.45-13.45 - TILT ASD:
LEZIONE YOGA DELLA RISATA - ELENA ABBO

ORE 13-14.30 - RARI NANTES NUOTO:
CAMPIONESSA NAZIONALE JUNIORES DI 100M
RANA ANNA BALBI SARÀ PRESENTE ALLO STAND

ORE 13.45-14.30 - FEROCITY ACADEMY:
ALLENAMENTO DI GRUPPO - MAX. 5 PERSONE

ORE 14 - BALLET SCHOOL:
DANZA MODERN

ORE 14-14.30 - DINAMICA:
FUNCTIONAL TRAINING

ORE 14-18 - IMPERIAL CIRCUS:
PROVE E DIMOSTRAZIONI

ORE 14-15.30 - REDS RUGBY:
PASSAGGI CON LA PALLA OVALE

ORE 14-15 - DKD KARATE:
ESECUZIONE DI MINI LEZIONI DIMOSTRATIVE
CON POSSIBILITÀ DI PARTECIPARE

ORE 14-16 - VIVASPORT IMPERIA:
TIRA CHE TI PASSA - SFIDA A TEMPO
ALL'ULTIMO GOAL

ORE 14-15 - TILT ASD:
LEZIONE ACROYOGA BASE - MARTINA CHALIER

ORE 14.30-17 - BICICLANDO:
ATTIVITÀ BAMBINI - GINCANA

ORE 15 - BALLET SCHOOL:
DANZA CLASSICA

ORE 15-15.30 - DINAMICA:
NATUROPOSTURA / PILATES

ORGANIZZAZIONE TECNICA A CURA DI:



REGIONE
LIGURIA



COMUNE DI DIANO MARINA
ASSESSORATO ALLO SPORT



CALENDARIO EVENTI SABATO 4 OTTOBRE

**SPORTIVA
MENTE**
FEEL THE MOVE

ORE 15-17 - JUDO CLUB DIANO MARINA ASD:
DIMOSTRAZIONE DELLA DISCIPLINA DEL JUDO
E POSSIBILITÀ DI PROVARE

ORE 15-16 - DIANO YOGA:
FEETUP YOGA (SPERIMENTA LE INVERSIONI IN
TOTALE SICUREZZA)

ORE 15 - IMPERIAL CIRCUS:
DIMOSTRAZIONE PER ADULTI

ORE 15-17.30 - GOLFO DIANESE:
GARE DI PALLEGGI E MINI PARTITELLE 2VS2

ORE 15-16 - IMPERIA DIANO SURF:
LEZIONE PROVA TEORICA E PRATICA DI SKATE
DURATA 30 MINUTI

ORE 15-16 - KAYAK SPORT EXPERIENCE ASD:
COMPETIZIONE INTERNA DEGLI ASSOCIATI

**ORE 15-15.30 - HIGH FIVE OUTDOOR
ADVENTURES MOUNTAIN BIKE:**
GIRO DEL VILLAGGIO IN TRENINO PER LE
VIE DI DIANO.

ORE 15-16 - BICICLANDO:
MINI TOUR GUIDATO IN E-BIKE

ORE 15.15-16.15 - TILT ASD:
LEZIONE KUNDALINI YOGA - DEVMURTI KAUR

ORE 15.15-16.15 - TILT ASD:
YOGA IN SPIAGGIA - PRANAYAMA YOGA -
KHEM SINGH

ORE 15.30 - ROLLER SANBART:
ESIBIZIONE DEL PATTINAGGIO ARTISTICO
A ROTELLE

ORE 15.30-16 - ZENFIT:
FUNCTIONAL FITNESS (METODO ZENFIT)

ORE 15.30 - KARATE FUDOSHIN:
GARA SOCIALE PER BAMBINI

ORE 15.30-17 - REDS RUGBY:
INTRODUZIONE ALLA META

ORE 16-18 - IMPERIAL CIRCUS:
SPAZIO FOTOGRAFIA - MOMENTO IN CUI VERRÀ
FORNITO SERVIZIO FOTOGRAFICO A CHI FARÀ
UNA PROVA

ORE 16-17.30 - IMPERIA DIANO SURF:
LABORATORIO PRATICO DOVE SI POTRANNO
SPERIMENTARE I PRINCIPI DELL'EQUILIBRIO CON
STRUMENTI COME BALANCE BOARD E SLACK LINE

ORE 16-17 - INFORMARE:
WORKSHOP 'VIDEOSUB'
PER LA CONOSCENZA E L'UTILIZZO DI ATTREZZATURE
PER RIPRESE SUBACQUEE PROFESSIONALI E
AMATORIALI, INCLUSI SMARTPHONE
BOX N.9 - PORTO DI DIANO MARINA

ORE 16-18 - VIVASPORT IMPERIA:
PARTITE DIMOSTRATIVE DI PARAHOCKEY

ORE 16 - FEROCITY ACADEMY:
ESIBIZIONE DI POLE DANCE

ORE 16- DIANO PADEL:
TORNEO APERTO A TUTTI I BAMBINI

**ORE 16-16.30 - HIGH FIVE OUTDOOR
ADVENTURES MOUNTAIN BIKE:**
MINI DIMOSTRAZIONE PER I GENITORI:
QUALE BICI BISOGNA SCEGLIERE IN BASE
ALL'ETÀ E ALLA PROGRESSIONE DEL
PROPRIO BIMBO.

ORGANIZZAZIONE TECNICA A CURA DI:



REGIONE
LIGURIA



COMUNE DI DIANO MARINA
ASSESSORATO ALLO SPORT



CALENDARIO EVENTI SABATO 4 OTTOBRE

**SPORTIVA
MENTE**
FEEL THE MOVE

**ORE 16-16.30 - DINAMICA:
FUNCTIONAL TRAINING**

**ORE 16 - BALLET SCHOOL:
DANZA MODERN**

**ORE 16.30-17.30 - KAYAK SPORT EXPERIENCE ASD:
COMPETIZIONE APERTA A TUTTI**

**ORE 16.30- IL CIRCOLO TENNIS:
TORNEO APERTO A TUTTI I BAMBINI**

**ORE 16.30-17 - ZENFIT:
BODY PUMP (METODO LES MILLS)**

**ORE 16.30-17 - BICICLANDO:
LABORATORIO ADULTI - SOSTITUIRE CAMERA
D'ARIA E COPERTONI/COME OLIARE LA CATENA**

**ORE 16.30-17.30 - TILT ASD:
LEZIONE VINYASA YOGA - NAGUA EL SABAGH**

**ORE 16.30-17.30 - TILT ASD:
LEZIONE QI GONG IN SPIAGGIA - CHIARA
CASALEGNO**

**ORE 17-18 - HIGH FIVE OUTDOOR ADVENTURES
MOUNTAIN BIKE:
LEZIONE PER I BIMBI: COME SI AFFRONTANO
GLI OSTACOLI DEL PERCORSO URBAN KIDS.**

**ORE 17-18 - DKD KARATE:
ESECUZIONE DI MINI LEZIONI DIMOSTRATIVE CON
POSSIBILITÀ DI PARTECIPARE**

**ORE 17-18 - BICICLANDO:
MINI TOUR GUIDATO IN E-BIKE**

**ORE 17 - IMPERIAL CIRCUS:
YOGA**

**ORE 17-18 - KARATE FUDOSHIN:
DIMOSTRAZIONE**

**ORE 17-18 - WARRIORS & BARBELLS CROSSFIT:
MOVIMENTI FUNZIONALI A CORPO LIBERO E/O
CON MANUBRI**

**ORE 17-17.30 - DINAMICA:
NATUROPOSTURA / PILATES**

**ORE 17.45-18.45 - TILT ASD:
LEZIONE ASHTANGA YOGA - KHEM SINGH**

**ORE 18-19 - HIGH FIVE OUTDOOR ADVENTURES
MOUNTAIN BIKE:
DIMOSTRAZIONE PER ADULTI E BAMBINI: TECNICA
DI GUIDA IN SALITA E DISCESA.
MANUTENZIONE E CONTROLLI PRIMA E DOPO
OGNI USCITA.**

**ORE 18-18.45 - FEROCITY ACADEMY:
ALLENAMENTO DI GRUPPO - MAX. 5 PERSONE**

**ORE 19-21:
DANZE IN PIAZZA**

**ORE 21.00 - GIANNI ROSSI:
CONCERTO IN PIAZZA**

ORGANIZZAZIONE TECNICA A CURA DI:



REGIONE
LIGURIA



COMUNE DI DIANO MARINA
ASSESSORATO ALLO SPORT



CALENDARIO EVENTI DOMENICA 5 OTTOBRE

**SPORTIVA
MENTE**
FEEL THE MOVE

ORE 9-19 - YEPPA:
PROVE DI ARRAMPICATA PER BAMBINI

ORE 9-10 - BICICLANDO:
MINI TOUR GUIDATO IN E-BIKE

ORE 9-10 - KAYAK SPORT EXPERIENCE ASD:
USCITA DI GRUPPO

ORE 9-10 - TILT ASD:
LEZIONE HATHA YOGA - SAMATHA CUZZOLIN

ORE 9-10 - TILT ASD:
YOGA IN SPIAGGIA - SALUTO AL SOLE - MARTINA
CHALIER, NAGUA EL SABAGH, MICHAELA LANDOVA

ORE 9-17 - TILT ASD:
DIMOSTRAZIONE E PROVE DI ALLENAMENTO IN
SOSPENSIONE NELL'AMACA

ORE 9-17 - TILT ASD:
PROVE DI TECNICA DI PEDALATA SPINNING

**ORE 9-11 - HIGH FIVE OUTDOOR ADVENTURES
MOUNTAIN BIKE:**
APERTURA PERCORSO URBAN KIDS,
DIVERTIMENTO ASSICURATO TRA CURVE E
OSTACOLI IN LEGNO.

ORE 9.30-12 - BICICLANDO:
ATTIVITÀ BAMBINI - GINCANA

ORE 9.30-10.30 - IMPERIA DIANO SURF:
APPROFITTA DEI NOSTRI ISTRUTTORI PER
DOMANDE O CURIOSITÀ

ORE 9.30 - DIANESE OUTDOOR ASD:
INCONTRO PRESSO LO STAND
ESCURSIONE GUIDATA GRATUITA CON LA GUIDA
GAE DAVIDE FORNARO, "ANELLO TRA LE
FRAZIONI DI DIANO MARINA" - ITINERARIO DI 8
KM CIRCA E 250 METRI DI DISLIVELLO

ORE 10-15 - PESCA SPORTIVA:
MOSTRA FOTOGRAFICA E FILMATI DEL
GRUPPO PESCA SPORTIVA

ORE 10-10.30 - DINAMICA:
FUNCTIONAL TRAINING

ORE 10-16 - ROCK THE DOG:
PERCORSI PER CANI CHE STIMOLANO I SENSI
E PORTANO IL BINOMIO A SUPERARE
PICCOLE DIFFICOLTÀ ASSIEME
RINFORZANDO IL RAPPORTO

ORE 10-16 - BALLET SCHOOL:
DIMOSTRAZIONI DI BALLO DELLE ALLIEVE

ORE 10-16 - KARATE FUDOSHIN:
POSSIBILITÀ DI PROVARE UN ALLENAMENTO E
DIMOSTRAZIONI DEGLI ASSOCIATI

ORE 10-12 - REDS RUGBY:
PICCOLI PERCORSI CON LA PALLA OVALE

ORE 10-12 - DKD KARATE:
ESECUZIONE DI MINI LEZIONI DIMOSTRATIVE CON
POSSIBILITÀ DI PARTECIPARE

ORE 10-16 - DIANESE OUTDOOR ASD:
POSTAZIONE PER LE ISCRIZIONI AL TRAIL DEL CIAPA' 2025

ORE 10-15 - ROLLER SANBART:
ESIBIZIONI A DIMOSTRAZIONE DEL PATTINAGGIO
ARTISTICO A ROTELLE
POSSIBILITÀ DI PROVARE L'ATTIVITÀ

ORE 10-12 - GOLFO DIANESE:
GARE DI PALLEGGI E MINI PARTITELLE 2VS2



REGIONE
LIGURIA



COMUNE DI DIANO MARINA
ASSESSORATO ALLO SPORT



ORGANIZZAZIONE TECNICA A CURA DI:

CALENDARIO EVENTI DOMENICA 5 OTTOBRE

**SPORTIVA
MENTE**
FEEL THE MOVE

ORE 10-18 - GRUPPO SPORTIVO GARESIO SPORT:
POSSIBILITÀ DI PROVARE IL SIMULATORE DI SCI

ORE 10-10.30 - IMPERIAL CIRCUS:
PROVE E DIMOSTRAZIONI

ORE 10-16 - CIRCOLO NAUTICO:
MOSTRA FOTOGRAFICA E FILMATI

ORE 10-15 - FEROCITY ACADEMY:
PROVE AL PALO

ORE 10-10.45 - FEROCITY ACADEMY:
ALLENAMENTO DI GRUPPO - MAX. 5 PERSONE

ORE 10-15 - GOLFO DI DIANA VOLLEY:
ATTIVITÀ SUL CAMPO DEL VOLLEY CON
POSSIBILITÀ DI PROVARE L'ATTIVITÀ

ORE 10-18 - GOLFO DI DIANA VOLLEY:
TORNEO INTERNAZIONALE DEI 2 GOLF -
PALAZZETTO DELLO SPORT

ORE 10-16 - CERCHIO D'ORO RITMICA IMPERIA:
DIMOSTRAZIONE CON PICCOLI ATTREZZI DELLA
GINNASTICA RITMICA E POSSIBILITÀ DI PROVARE
L'ATTIVITÀ CON ASSISTENZA

ORE 10-16 - BLUE PONENTE BASKET:
POSSIBILITÀ DI PROVARE L'ATTIVITÀ E
TIRARE A CANESTRO

ORE 10-16 - DIANO PADEL:
GIOCHI DI MOBILITÀ CON PALLINE E CON
RACCHETTE, PALLEGGI A DUE, SCAMBI CON I
MAESTRI SEMPRE PRESENTI

ORE 10-16 - IL CIRCOLO TENNIS:
GIOCHI DI MOBILITÀ CON PALLINE E CON
RACCHETTE, PALLEGGI A DUE, SCAMBI CON I
MAESTRI SEMPRE PRESENTI

ORE 10-15 - CLUB DEL MARE:
POSSIBILITÀ DI USCITA IN MARE SULLA BARCA A
VELA (SOLO IN CONDIZIONI METEO FAVOREVOLI)

ORE 10.15-11.15 - TILT ASD:
LEZIONE RESPIRA L'AUTUNNO DI CLAUDIA
CASTIGLIONE

ORE 10.15-11.15 - TILT ASD:
YOGA IN SPIAGGIA - ASHTANGA YOGA - KHEM
SINGH

ORE 10.30-11.30 - KAYAK SPORT EXPERIENCE ASD:
USCITA DI GRUPPO

ORE 10.30-12.30 - IMPERIAL CIRCUS:
SPAZIO FOTOGRAFIA - MOMENTO IN CUI VERRÀ
FORNITO SERVIZIO FOTOGRAFICO A CHI FARÀ
UNA PROVA

ORE 10.30 - IL CIRCOLO TENNIS:
TORNEO APERTO A TUTTI I BAMBINI

ORE 10.30-11 - ZENFIT:
FUNCTIONAL FITNESS (METODO ZENFIT)

ORE 11-12.30 - VIVASPORT IMPERIA:
TORNEO DI HOCKEY 3VS3 CAMMINATO
APERTO A TUTTE LE ETÀ E TIPOLOGIE DI
PARTECIPANTI
PRESSO VILLA SCARSELLA

ORE 11 - BALLET SCHOOL:
DANZA MODERN

ORE 11-12 - DIANO YOGA:
YOGA BIMBI (PERCORSO EDUCATIVO CHE FAVORISCE
SVILUPPO EQUILIBRATO DI CORPO E MENTE)

ORE 11 - DIANO PADEL:
TORNEO APERTO A TUTTI I BAMBINI

ORGANIZZAZIONE TECNICA A CURA DI:



REGIONE
LIGURIA



COMUNE DI DIANO MARINA
ASSESSORATO ALLO SPORT



CALENDARIO EVENTI DOMENICA 5 OTTOBRE

**SPORTIVA
MENTE**
FEEL THE MOVE

ORE 11-11.30 - DINAMICA:
NATUROPOSTURA / PILATES

ORE 11 - INFORMARE:
WORKSHOP 'IL PRIMO RESPIRO NEL BLU'
SULL'USO DELLE ATTREZZATURE SUBACQUEE -
DAI 14 ANNI IN SU
BOX N.9 - PORTO DI DIANO MARINA

**ORE 11-11.30 - HIGH FIVE OUTDOOR
ADVENTURES MOUNTAIN BIKE:**
GIRO DEL VILLAGGIO IN BICI IN TRENINO
PER LE VIE DI DIANO

ORE 11.30-12.30 - TILT ASD:
YOGA IN SPIAGGIA - ANUKALANA YOGA -
MICHAELA LANDOVA

ORE 11.30-12 - BICICLANDO:
LABORATORIO BAMBINI - COME OLIARE LA CATENA E
PULIRE LA BICICLETTA

ORE 11.30-12 - ZENFIT:
BODY PUMP (METODO LES MILLS)

**ORE 11.30-12.30 - HIGH FIVE OUTDOOR
ADVENTURES MOUNTAIN BIKE:**
LEZIONE PER I BIMBI: LA CORRETTA
POSIZIONE SULLA MOUNTAIN BIKE E COME
SI AFFRONTANO GLI OSTACOLI DEL
PERCORSO URBAN KIDS.

ORE 11.30 - ROLLER SANBART:
ESIBIZIONI DI PATTINAGGIO ARTISTICO A ROTELLE

ORE 11.30-12.30 - TILT ASD:
AUTOTRATTAMENTO DO-IN E SHIATSU - EVA ROSSI
ISHVARI

ORE 12-12.30 - KAYAK SPORT EXPERIENCE ASD:
DIMOSTRAZIONE TECNICA DELLA PAGAIATA SU
SIMULATORE

ORE 12-12.30 - DINAMICA:
FUNCTIONAL TRAINING

ORE 12-12.30 - BICICLANDO:
LABORATORIO ADULTI - SOSTITUIRE CAMERA
D'ARIA E COPERTONI/COME OLIARE LA CATENA

ORE 12.15 - FEROCITY ACADEMY:
ESIBIZIONE DI POLE DANCE

ORE 12.45-13.45 - TILT ASD:
LEZIONE VINYASA YOGA - NAGUA EL SABAGH

ORE 12.45-13.45 - TILT ASD:
LEZIONE ANUKALANA YOGA - MICHAELA LANDOVA

ORE 13 - BALLET SCHOOL:
DANZA CLASSICA

ORE 13.30-14.30 - KAYAK SPORT EXPERIENCE ASD:
COMPETIZIONE APERTA A TUTTI

ORE 14-15 - TILT ASD:
YOGA IN SPIAGGIA - LEZIONE YOGA E AUTUNNO -
EVA ROSSI ISHVARI

ORE 14-15 - YEPPA:
ARRAMPICATA

ORE 14-15 - TILT ASD:
LEZIONE YOGA PER GLI OCCHI - CATERINA POLINI

ORE 14 - BALLET SCHOOL:
DANZA CLASSICA

ORE 14-14.30 - IMPERIAL CIRCUS:
PROVE E DIMOSTRAZIONI



COMUNE DI DIANO MARINA
ASSESSORATO ALLO SPORT



ORGANIZZAZIONE TECNICA A CURA DI:



CALENDARIO EVENTI DOMENICA 5 OTTOBRE

**SPORTIVA
MENTE**
FEEL THE MOVE

ORE 14-15 - IMPERIA DIANO SURF:
APPROFITTA DEI NOSTRI ISTRUTTORI PER
DOMANDE O CURIOSITÀ

ORE 14-14.45 - FEROCITY ACADEMY:
ALLENAMENTO DI GRUPPO - MAX. 5 PERSONE

ORE 14-15.30 - REDS RUGBY:
PASSAGGI CON LA PALLA OVALE

ORE 14-15 - BICICLANDO:
MINI TOUR GUIDATO IN E-BIKE

ORE 14-14.30 - DINAMICA:
NATUROPOSTURA / PILATES

ORE 14 - INFORMARE:
WORKSHOP 'VIDEOSUB'
PER LA CONOSCENZA E L'UTILIZZO DI ATTREZZATURE
PER RIPRESE SUBACQUEE PROFESSIONALI E
AMATORIALI, INCLUSI SMARTPHONE
BOX N.9 - PORTO DI DIANO MARINA

ORE 14-14.30 - IMPERIAL CIRCUS:
DIMOSTRAZIONE ADULTI

ORE 14.30 - ROLLER SANBART:
ESIBIZIONI DI PATTINAGGIO ARTISTICO A ROTELLE

**ORE 14.30-15 - HIGH FIVE OUTDOOR
ADVENTURES MOUNTAIN BIKE:**
PROVA DI ABILITÀ SUL PERCORSO URBAN KIDS
PICCOLI GIOCHI DI ABILITÀ PER I BIMBI DI
TUTTE LE ETÀ.

ORE 15.30-16.30 - FUDOSHIN KARATE:
GARA SOCIALE PER BAMBINI

ORE 15.30-16 - REDS RUGBY:
INTRODUZIONE ALLA META

ORE 16.00-17.00 PREMIAZIONI



COMUNE DI DIANO MARINA
ASSESSORATO ALLO SPORT



ORGANIZZAZIONE TECNICA A CURA DI:

