

DOMENICA A LIGORNETTO

Sportissima: 30 minuti di sport per la salute

■ Sportissima, manifestazione indetta dal DECS per favorire e promuovere l'attività fisica, giunge alla 6. edizione e la Vigor Ligornetto organizzerà l'evento per la popolazione del Mendrisiotto. Domenica 12 settembre, dalle 9.30 alle 16.30, bambini e adulti avranno la possibilità di affrontare diverse attività sportive. L'obiettivo della giornata è di fare moto per almeno mezz'ora ossia il quantitativo quotidiano sufficiente per restare in salute. L'oratorio di Ligornetto sarà il punto di partenza di tutti i percorsi. La scelta sarà tra bicicletta di 11 km, camminata di 9 km, corsa nel bosco, ginnastica-danza, mini-olimpiadi per i più piccoli, mountain-bike per 14 km, nordic walking per 5 km, passeggiata per tutti. Possibilità di baby-sitting. Inoltre, nel tardo pomeriggio Irene Pusterla, primatista nazionale di salto in lungo, sarà presente per firmare autografi.