

# Una domenica di sano movimento con Sportissima a Bellinzona e Biasca

Domenica 14 anche Bellinzona e Biasca ospiteranno Sportissima, manifestazione gratuita e non competitiva dedicata da dieci anni in molte località ticinesi all'attività fisica moderata con l'obiettivo di promuovere l'interesse per il movimento a beneficio della salute. In città l'evento si terrà nei terreni vicino al Liceo, al centro sportivo e all'interno del bagno pubblico dove saranno offerte ai partecipanti oltre trenta discipline diverse. Si potrà praticare baseball, football americano, tiro con l'arco, twirling, zum-

ba, hip hop, tango, flamenco, arti marziali, nordic walking e tante altre discipline. Alla pista di ghiaccio di Biasca, con qualsiasi condizione meteo, ci si potrà esercitare in svariate discipline fra cui arrampicata, calcio, ciclismo e mountain bike, hockey, nuoto, pallavolo, pattinaggio artistico, roller, tennis, unihockey, walking e zumba. Previste anche attività specifiche per bambini e anziani. Sia in città che nel Borgo i visitatori potranno far capo a buvette, griglia e menu vegetariani. Info [www.ti.ch/sportissima](http://www.ti.ch/sportissima).