ORGANIZZATO DA:

CON IL PATROCINIO ED IL CONTRIBUTO DI:

Comune di San Secondo · Comune di Guastalla · Comune di Casalmaggiore · Comune di Mezzani · Comune di Sissa Trecasali · Comune di Torrile · Comune di Sorbolo

CON IL PATROCINIO:

Comune di Colorno · Comune di Parma · Provincia di Parma · Provincia di Reggio Emilia · Provincia di Cremona

Greta Maestri - ASD Castellana (MN)
Campionessa italiana di pattinaggio

#unpodisport

Info e programma completo:
www.unpodisport.it

VENERDÌ 20 MAGGIO // PARMA

"RUNNING E NON SOLO:
IL CORRETTO STILE DI VITA COME
FATTORE ABILITANTE ALLO SVILUPPO
DELLO SPORT, DELLA CONSAPEVOLEZZA
PERSONALE E DEL TERRITORIO

Convegno su salute corretti stili di vita con dott. **Massimo Gualerzi** , dott. Anedda, Dott. Cappabianca e **Andrea De Vicenzi**

PRESENTAZIONE DELLA PRIMA TAPPA di UN PO DI SPORT

GIOVEDÌ 2 GIUGNO // SAN SECONDO

Dove si svolge: nella piscina, e nella Rocca dei Rossi

1° EDIZIONE TRIATHLON SPRINT

350 m Nuoto / 10 km Mountain Bike / 2,5 km corsa
Ore 9.00 RITIRO PACCO GARA
Ore 15,30 PREMIAZIONI

UN PO IN TAVOLA

Degustazioni, cene nei locali
del paese. Valorizzazione della tipicità del luogo
• **SPALLA COTTA E FORTANA**

UN PO DI TERRA

Visite guidate
ROCCA DEI ROSSI

UN PO DI MUSICA

Visite guidate e Percorsi naturalistici
ESIBIZIONE GRUPPI MUSICALI
GIOCHI PER BAMBINI

TRIATHLON SPRINT
SAN SECONDO 02.06.16

750 M
20 KM
5 KM

SABATO 25 GIUGNO // GUASTALLA

UN PO A COLORI

TO WALK dalle 18,45
To-Walk! è una entusiasmante camminata fra amici e parenti di qualsiasi età che accomuna il piacere di stare insieme.

To-Walk! non è una manifestazione competitiva, ma bensì un piacevole percorso di 5 km fra musica e colore condiviso fra tanti partecipanti.
Una giornata allegra, diversa dalle altre per unire sport e divertimento.

POSSONO PARTECIPARE TUTTI?
La manifestazione non è competitiva ed aperta a tutti, da 0 a 99 (e oltre) anni! Devi solo indossare la t-shirt To-Walk!, il braccialetto e a piacere altri gadget forniti nel pacco gara in dotazione, raggiungere il traguardo colorato attraversando tutte le tappe del percorso e prepararti all'esplosione di colore collettiva nella festa post-corsa!

E SE NON ME LA SENTO DI CORRERE?
Ridi, balla e divertiti! Non avere fretta di arrivare! To-Walk! non è una gara competitiva ma una giornata divertente da condividere con tanti amici. Perciò, goditi il percorso nei suoi colori, nella musica e nella natura.
QUANTO MI COSTA PARTECIPARE?
La quota di iscrizione è 20€ a persona: per questa cifra ogni partecipante ha diritto a:

TO-WALK! BAG: sacca gara con t-shirt, occhiali,bandana, **braccialetto fluo**

LOVE COLOUR PARTY con l'animazione di IQuid Events, Chiringuito e Love Generation subito dopo la corsa!

UN GRANDE FIUME DAL QUALE TRARRE IDEE PER UN FUTURO SOSTENIBILE

VENERDÌ 26 AGOSTO // MEZZANI

Dove si svolge: Porto Fluviale di Mezzani

Serata di apertura e presentazione della rassegna:

UN PO DI SHOW COOKING

SFIDA ALL'ULTIMA SFOGLIA!
GARA DI PASTA RIPIENA TRA LE "REZDORE" DEI COMUNI: TORTELLI E ANOLINI
La giuria di MASTER SCEM o CHEF TO CHEF valuterà la sfoglia, il ripieno, il piatto finito di tutte le rezdore dei 9 comuni.

UN PO IN TAVOLA

Degustazioni al porto delle eccellenze gastronomiche dei 9 comuni

UN PO DI MUSICA

MUSICA E ANIMAZIONE CON DJ SET VINILYSTIC 70/80/90

LA RIVIERA EMILIANA A TUTTO BEACH

SABATO 27 AGOSTO // MEZZANI / CASALMAGGIORE

Dove si svolge: partenza dal Porto fluviale di Mezzani, e approdo sulla sponda casalasca, con traghetti.

Ore 17,00
INAUGURAZIONE UFFICIALE
MEZZA BANDA
APERICICCIOLI

UN PO DI CORSA // 100 M ON THE BEACH

ATLETICA 100 m sulla Spiaggia
Per atleti professionisti e chiunque voglia correre sulla sabbia!
Categorie di peso per i 50 m
A cura di INTERFLUMINA

UN PO IN TAVOLA

Degustazioni, cene, e mercati enogastronomici,
MERCATO DELLA TERRA a cura di Campagna Amica

UN PO DI TERRA

dalle 17.00 alle 20.30 circa INFO POINT PARCHI DEL DUCATO
GONFIABILI E GIOCHI PER BAMBINI

UN PO DI MUSICA

DJ SET a cura di Associaizone VINYLISTIC

MUSICA LIVE 70/80
CIALTRONIGHT

LA RIVIERA EMILIANA A TUTTO BEACH

DOMENICA 28 AGOSTO // MEZZANI / CASALMAGGIORE

Dove si svolge: Porto fluviale di Mezzani, e approdo sulla sponda casalasca, con traghetti.

UN PO DI BEACH

Attività sportive sullo "spiaggione" appositamente allestito.

- **TORNEO SAND VOLLEY** Torneo amatoriale
- **TORNEO SAND VOLLEY** Torneo 3x1 (2x2) misto
- **TORNEO BEACH GOLF** Primo Torneo di beach Golf a cura di Scienze Motorie Parma
- **TORNEO DI FOOTBALL AMERICANO/FLAG FOOTBALLA**

CAMPIONATO DI BEACH SOCCER

Torneo per i Giochi "Un Po senza frontiere", dedicato agli amatori del calcio dei comuni

· **BEACH RUGBY (TERZO TEMPO AL PORTO)**

1° ROWING COMPETITIVO DEL PO a cura dei Canottieri Eridanea
GARA DI CANOTTAGGIO TRA I CANOTTIERI rivieraschi
ore 14,30 partenza dal circolo e arrivo sullo spiaggione,

TORNEO DI TENNIS - Circolo Eridanea

Valido per i Giochi "Un Po senza frontiere"(DA DEFINIERE)

UN PO DI RUNNING: Maratona competitiva e amatoriale a cura dei **MARCIATORI PARMENSI**

UN PO DI PAROLE

Ore 10.00 **PAROLE NAVIGANTI: letture animate sul fiume**
A cura di Manicomics Teatro. Attività per adulti e bambini

UN PO IN TAVOLA

Degustazioni, cene, e mercati enogastronomici,
MERCATO DELLA TERRA a cura di Campagna Amica

UN PO DI TERRA

PARCHI DEL DUCATO: dalle 17.00 alle 20.30 circa INFO POINT + LUDOTECA e visite guidate serali (2 – 3 visite).
RISERVA NATURALE PARMA MORTA - ACQUARIO
GONFIABILI E GIOCHI PER BAMBINI

UN PO DI MUSICA

DJ SET a cura di Associaizone VINYLISTIC
RADIO BRUNO LIVE

UN PO di Sport
RIVIERA DEL GRANDE FIUME

SPORT, CULTURA E BENESSERE
COME MEZZO DI PROMOZIONE TERRITORIALE
DELLA RIVIERA DEL GRANDE FIUME
GIUGNO // AGOSTO // SETTEMBRE // OTTOBRE 2016

4° TAPPA

DOMENICA 11 SETTEMBRE // COLORNO

Dove si svolge: Sacca di Colorno

IN COLLABORAZIONE CON LEGAMBIENTE
La 6° Edizione della DISCESA DEL Po

La Provincia — CASALASCO - OGLIO PO — 19

Casalmaggiore. In barcaioni e bici sino a Viadana con l'adesione di 15 Comuni rivieraschi

'Po da vivere e da amare'

Ieri la quinta discesa del fiume in memoria di Umberto Chiarini

di Davide Bacchieri

LEGAMBIENTE

'Magana del Po' Prelievi dell'acqua per monitorare la salute del fiume

La Provincia
www.laprovinciacr.it
CASALASCO - OGLIO PO

Discesa del Po, aumentano i Comuni 'amici'

Casalmaggiore. Patrocinio anche da Guastalla. E S. Daniele firma la 'Carta'

CASALMAGGIORE — Venerdì sera agli Amici del Po unione organizzativa in vista della quarta "Discesa el Po' in memoria di Umberto Chiarini, prevista per il settembre con il patrocinio di dieci Comuni (si è ag- iunto Guastalla). Presenti il figlio di Umberto, Da- iano, del gruppo organizzatore Persona-Ambiente, ppresentanti dell'Autorità di Bacino, della Fiab milia e Cremona, dell'associazione delle canottieri ernonesi, del Comune di Gussola, i presidenti di Ami- del Po ed Eridanea (Antonini e Azzoni), Corbari del- Mac di Cremona, il consigliere delegato alla Golena Casalmaggiore Orlando Ferroni. E' emerso che mar- dì S. Daniele porterà in consiglio comunale la "Carta el Po' ed entro fine mese lo farà anche Gussola. Il 16 set- mbre si partirà alle ore 9.30 in barca e bici da Casal- aggiore-Sacca per Viadana-Boretto. (m.baz.)

Un momento della riunione agli Amici del Po

TURISMO SPORTIVO PER VALORIZZARE UN TERRITORIO RICCO DI TRADIZIONI

SABATO 17 SETTEMBRE // SISSA-TRECASALI

Dove si svolge: FORNACE DI GRAMIGNAZZO

- MINI BASKET Torneo 2004-2006
- ESIBIZIONE BASKET IN CARROZZINA
- TORNEO DI SCACCHI
- ESIBIZIONE DI KARATE e possibilità di provare
- PARTITA DI SCACCHI GIGANTI
- GREEN VOLLEY
- GARA VELOCITÀ 50 m SU ERBA

UN PO DI TERRA

PASSEGGIATA CON GUIDA ALLA SCOPERTA DELLE BELLEZZE DEL TERRITORIO
- FORNACE PIZZI - SANTUARIO GIUBILARE MADONNA DELLE SPINE Patrona del Comune di Sissa Trecasali

UN PO IN TAVOLA

Degustazioni
SPALLA CRUDA DI PALASONE SISSA
BIRRA ARTIGIANALE
AREA PIC-NIC

UN PO DI MUSICA

Ore 21,30
Parco BOSCHI MARIA LUIGIA

I LOVE GIULIETTA

MUSICAL CON I PATTINI
A cura di A.S.D. Castellana Pattinaggio – Castel Goffredo
con la campionessa Greta Maestri

DOMENICA 18 SETTEMBRE // SISSA-TRECASALI

Dove si svolge: porto Ass. Nautica di Torricella - Boschi di Maria Luigia

- **ESIBIZIONE DI BALLI COUNTRY**
- **ESIBIZIONE DI KARATE**
- **ESIBIZIONE DI ZUMBA**

con possibilità di provare

GIOCHI DEI BOSCHI MARIA LUIGIA

(giochi tradizionali che si facevano nell'aia)
torneo per i Giochi "Un Po senza frontiere", dedicato ai ragazzi età 2005-2007 dei 9 comuni (9 squadre di 8 giocatori)

- **ESIBIZIONE SCI NAUTICO**

- **#SELFIE SILURO**
Set fotografico con il pesce più grande del PO

UN PO DI BIKE NEI BOSCHI

IN MOUNTAIN BIKE NEI BOSCHI DI MARIA LUIGIA
Alla scoperta della natura, percorso per bici e mountain bike

UN PO IN TAVOLA

Valorizzazione della tipicità del luogo
SPALLA CRUDA DI PALASONE SISSA
BIRRA ARTIGIANALE
AREA PIC-NIC

UN PO DI TERRA

IL BOSCO DELLA DUCHESSA:
Dalle 15.00 Info point Parchi del Ducato
ore 17.00 Il Bosco della Duchessa: visita guidata nel Bosco di Maria Luigia nei 200 anni dell'arrivo della Duchessa a Parma

STORIA, GIOCHI, E SFIDE A TORRILE

SABATO 24 SETTEMBRE // TORRILE

Dove si svolge: al centro civico di Torrile - IL PORTICO

INAUGURAZIONE MOSTRA FOTOGRAFICA
CONVEGNO/INCONTRO- **DA TORRILE A RIO**
Ospiti illustri del mondo sportivo di ieri e di oggi
Aperitivo e Spettacolo di Danza
A cura di DANZAMANIA

DOMENICA 25 SETTEMBRE

Dove si svolge: al centro civico di Torrile, Lago di Bezze, e Riserva LIPU

1° CORRI A TORRILE - FIDAL
Gara competitiva 10km
Gara non competitiva 6 km
Organizzata da Polisportiva Torrile Running Team
Quota iscrizioni e pacco gara: 8€ / 3€

- **MESSA DELLO SPORTIVO**
- **TORNEO DI TENNIS TAVOLO**
- **ESIBIZIONE DI JUDO KIU SHIN DO KAY**
- **TIRO CON L'ARCO** a cura di associazione NON TI SCORDAR DI ME
- **GIOCHI DEL PORTICO**

Giochi di abilità misti a squadre
GIMKANA CICLISTICA - **GREEN VOLLEY** (squadre da 4 persone in un torneo diviso in 2 gironi) - **STAFFETTA PODISTICA**- **PERCORSO**
Il regolamento sarà come quello dei vecchi giochi senza frontiere con la possibilità per le squadre di giocarsi il jolly nel gioco che riterranno più adatto.
Si richiedono 12 giocatori per ogni squadra, maggiorenni, non importa il sesso.

- **PESCA (lago di Bezze)**

Torneo per i Giochi "Un Po senza frontiere", squadre di 5 giocatori)

UN PO DI TERRA

Info point Parchi del Ducato
Visite guidate nella Riserva Naturale Torrile – Trecasali
Mostra d'arte di **Serena De Gier**
A cura di Parchi del Ducato in collaborazione con LIPU

Esposizione di Biciclette antiche e memorabilia

UN PO DI MUSICA

DJ SET a cura di Associaizone VINYLISTIC

1/2 OTTOBRE // LA FIERA DI OTTOBRE DI **SORBOLO**, UNA FESTA DELLO SPORT A TUTTO CAMPO

VENERDÌ 30 SETTEMBRE// SORBOLO

Dove si svolge: piazza in centro del paese, il centro sportivo, e vie del paese.

CENA IN GIALLO

CENA CON DELITTO valida per i giochi UN PO SENZA FRONTIERE Gioco a squadre dei comuni di 10/12 persone

SABATO 1 OTTOBRE // SORBOLO

ATLETICA Torneo per i Giochi "Un Po senza frontiere" - Rivolta agli alunni delle 2° medie dell Scuole dei Comuni
BASKET: Torneo di Basket Giovanile
A conclusione presentazione del libro:
"Anche io ho giocato a plallacanestro" Ricordi e personaggi del basket parmense di Paolo Gandolfi e Graziano Tonelli

- **VOLLEY**: "TROFEO ARISI"
- TORNEO DI TENNIS

UN PO DI PAROLE

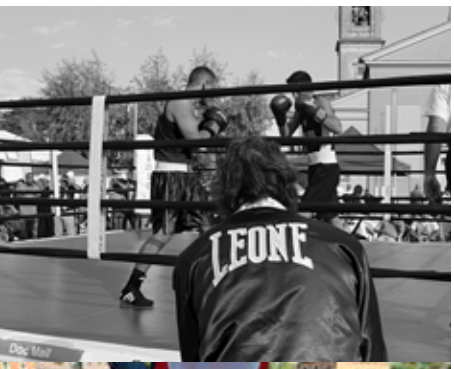
ore 10,30 Convegno:
LO SPORT PROGETTA IL CAMBIAMENTO
SVILUPPARE IL TERRITORIO ATTRAVERSO LA PROMOZIONE DEI CORRETTI STILI DI VITA
Parteciperanno **Università di Bologna, Università di Parma, AUSL,** e aziende partner che condividono ideali di sviluppo sostenibile.

"VACCI PIANO" FESTA DELLA SICUREZZA STRADALE a cura di ACI, con comico o sportivo (in via di definizione)
LIVE MUSIC: **CONTROTEMPO**

#UNPODISTAFF

CENA DEI VOLONTARI DI UN PO DI SPORT.
Sotto il tendone in piazza cena offerta per i volontari delle 9 tappe. Grazie alla collaborazione delle associazioni del paese.

FIERA DEL FITNESS E DEL BENESSERE A TUTTO CAMPO



DOMENICA2 OTTOBRE

Palestra centro civico.

1° EDIZIONE PARMA WELLNESS dalle ore 10 alle 18 esibizioni di tutte le palestre di Parma - Prima fiera delle palestre e delle attività sportive. Un invito a fare attività motoria, rivolto a tutta la popolazione

1° ESIBIZIONE DI STRONG MAN
· TORNEO REGIONALE SITTING VOLLEY

TORNEO DEL RICCIO

Torneo interregionale di RUGBY - 1° TROFEO FILIPPO CANTONI
Under 6, Under 8, Under 10 e Under 12

2° TROFEO DI BOXE CITTÀ DI SORBOLO MEMORIAL MARCELLO PADOVANI

Sul ring di Giacobbe Fragomeni a cura di Well Time GINNASTICA ARTISTICA / ARTI MARZIALI / DANZA DEL DRAGONE / DANZA INDIANA / POLE DANCE

PRENDIAMOCI UN PO IN GIRO

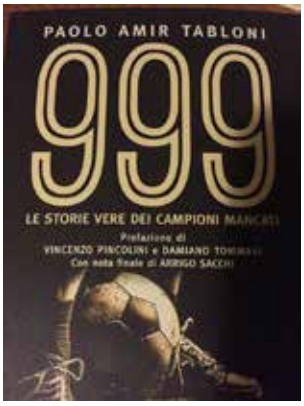
SEDIE MUSICALI Gara tra i 9 Sindaci dei Comuni partecipanti
PREMIAZIONE GIOCHI *"UN PO SENZA FRONTIERE"*

UN PO DI TERRA

dalle 15.00 alle 18.30 circa
Info point dei Parchi del Ducato presso la Casa delle Contadinerie
Visite in carrozza da Coenzo alla Riserva Parma Morta
UN PO IN ROSA - Mostre d'arte al femminile
MERCATO CONTADINO A KM 0

UN PO DI MUSICA

Live itinerante con FANTOMATIK ORCHESTRA
DJ SET a cura di Associaizone VINYLISTIC
RADIO BRUNO LIVE



LUNEDÌ 3 OTTOBRE

Presentazione del libro di:
Paolo Amir Tabloni
"999, LE STORIE VERE DEI CAMPIONI MANCATI"
prefazione di Vincenzo Pincolini e Damiano Tommasi, e una nota finale di Arrigo Sacchi.
Con ospiti dello spott di ieri e di oggi

SABATO 15 OTTOBRE
Dove si svolge: Cittadella Parma

VILLAGGIO PARMA MARATHON
Aspettando la maratona
Attività sportive, eventi collaterali inerenti sport alternativi e complementari alla corsa in modo da sensibilizzare e coinvolgere tutta la cittadinanza,

DOMENICA 16 OTTOBRE
Dove si svolge: Cittadella PArma

PARMA MARATHON
Prima edizione di Parma Marathon, 42 chilometri e 195 metri di sudore e passione promossi da Parmarathon Asd, con il patrocinio del Comune di Parma.
L'appuntamento, già fissato nel calendario Fidal.
Partenza ed arrivo nel Parco della Cittadella.

Parma Marathon vuole essere un ulteriore appuntamento con lo sport a Parma nella consapevolezza che accanto al gusto ed alla gastronomia conta anche il benessere fisico.

UNPO di Sport
2° EDIZIONE 2016

I giochi con al fianco questo simbolo, sono quelli individuati per la kermesse

MAIN SPONSOR

UnipolSai Assicurazioni · Divisione Unipol · Assicoop Emilia Nord · Imi · Azotal · Decathlon · Abili allo Sport

SPONSOR

DuPont Pioneer · Dærg Chimica · MEF distribuzione materiale elettrico · Lesaffre · Poliambulatorio dalla Rosa Prati Centro Diagnostico Europeo · Parmigiano Reggiano

COLLABORAZIONI / PARTNER

Pro Loco · Parma Marathon 16.10.16 Prima Edizione · 2M Triathlon · FITRI Federazione Italiana Triathlon · Unipol · ANMIC · un.type Co-creative e Gallery · Mad Fat La Fat Bike Italiana · Comune di Malè · Polisportiva Parma · Thai Fit · Fuori menù · VIP · Vinylistic Associazione Culturale

MEDIA PARTNER

Sani Today Salute // Sport // Benessere · Assaggiami Parma Food Mag · Gazzetta di Parma · Azzurro Sport · TV Parma · Sport Emilia www.sportemilia.com

PROTAGONISTI

FEDERAZIONI SPORTIVE / SOCIETÀ SPORTIVE / POLISPORTIVE / ASSOCIAZIONI DI VOLONTARIATO VOLONTARI / SPORTIVI / ATLETI /