|  |
| --- |
| 30/05/2013 - *Vercelli* - Sport |
| **VERCELLI - L’Asd Pgs Decathlon Club Camminatori Vercelli promuove la 5.30 Vercelli: tutti pronti all’alba per 5,30 kilometri di cammino per assaporare la città che si sveglia**  [Condividi su Facebook](http://www.facebook.com/sharer.php?u=http://www.vercellioggi.it/dett_news.asp?id=47435)[Condividi su Twitter](http://twitter.com/home?status=Currently%20reading%20http://www.vercellioggi.it/dett_news.asp?id=47435) |
| |  | | --- | | VERCELLI - L’Asd Pgs Decathlon Club Camminatori Vercelli promuove la 5.30 Vercelli: tutti pronti all’alba per 5,30 kilometri di cammino per assaporare la città che si sveglia | | |  | | --- | | 530 Vercelli | | |  |   In seguito al successo riscosso dalle iniziative dell’A.F.C. Club Camminatori Vercelli, le camminate che hanno un’unica finalità cioè quella che è riportata sul nostro slogan “Camminare è movimento, movimento è salute”.  Come trampolino di lancio sono state le Camminate Ecologiche, organizzate in collaborazione con l’Assessorato all’Ambiente del Comune di Vercelli. Nel dicembre 2011 si dava il via alla prima camminata ecologica, iniziativa che è piaciuta ai cittadini e quel piccolo gruppetto della Prima è riuscito ad alimentare volta dopo volta ad aumentare il numero dei partecipanti arrivando a più di cento persone nelle ultime camminate.  Durante le prime camminate è venuta sempre più forte l’esigenza di creare un Club e nel gennaio 2012 nasce l’”Authorized Fitwalking Center – Club Camminatori Vercelli”, nasce all’interno della già esistente “ASD Pgs Decathlon Vercelli” scuola di atletica leggera.  Il Club dei Camminatori ha lo scopo di aggregare e camminare insieme per combattere la sedentarietà e fare sano movimento alla portata di tutti ma è anche scuola di Fitwalking e si occupa di un unico progetto “la promozione dell’attività fisica per il benessere”.  La promozione dell’attività fisica non ha confini per il presidente del Club Camminatori Vercelli ed esce dalla propria regione arrivando in Emilia dove si incontra con l’ASD Vaniglia di Serramazzoni (Modena) dove scopre la 5.30RUN evento ideato Sergio Bezzanti nel 2009 e oggi ha un grande successo a livello nazionale, presidente di VANIGLIA, pubblicitario, nasce sportivo - podista e ciclista- nelle categorie giovanili. Scopre il triathlon negli anni '90 e partecipa, come prima gara, all'Ironman delle isole Canarie nel 1996. 3,8 km a nuoto nell'oceano Atlantico, 180 km in bici nell'isola di Lanzarote e 42,125 km di corsa, portati a termine in 13h 52'. E’ per prepararsi a quella gara che inizia a praticare attività fisica il mattino presto scoprendone i benefici.  Manifestazione che è già stata svolta il venerdì 24 maggio a Milano con 1500 iscritti, a Torino si svolgerà il 31 maggio le iscrizioni sono già 1700, a seguire, Bologna e Venezia.  Di fronte a questa iniziativa galvanizzante nasce la voglia di promuovere a Vercelli questa esperienza emozionante di svegliarsi presto e assaporare il silenzio o i primi rumori della città che si sveglia, i primi movimenti dell’inizio di una giornata e i benefici dell’attività fisica svolta al mattino presto, godendosi il sole che nasce per riscaldare la nostra giornata.  L’Asd Pgs Decathlon Club Camminatori Vercelli promuove e invita tutti a partecipare alla 5.30 che si svolgerà venerdì 7 giugno alle ore 5.30 del mattino su un percorso in citta di km 5,300.  La data è stata scelta in concomitanza con la 5.30 di Modena, dove è nata questa iniziativa nel 2009 come primissima edizione.  Vogliamo dare vita a un’iniziativa diversa, partecipate numerosi svegliamo la città, la 5.30 è uno stile di vita non sognatelo, siatelo! Non mancate all’appuntamento davanti alla Basilica di Sant’Andrea venerdì 7 giugno ore 5.30, iscrizione gratuita, si cammina insieme, portate i vostri cagnolini, i runners possono partecipare sullo stesso percorso correndo a passo libero, partecipate e scoprirete i benefici.  Partecipate  In abbinamento alla camminata ci sarà anche un miniConcorso fotografico «Fotografa la tua 5.30» con Instagram l’Immagine più bella sarà premiata con una cassetta di frutta Hashtag: #530vercelli.  Le iscrizioni si potranno fare: mail [fedgando@gmail.com](mailto:fedgando@gmail.com) cell. 338-4212569 |