Affari&Sport, da Monza a Roma passando per le piste di cross, il 2023 è già ricco di eventi

Descrizione

Affari&Sport

La T-shirt tecnica di Affari&Sport veste il Cross per Tutti
Al via il Run Rome The Marathon On Tour
Si lavora al Reale Mutua Monza Night Trail
A marzo torna 5 Steps To Run di Mino Passoni
I lunedì sera di “Solo un Passo dopo l’altro”

(VILLASANTA, MB)

Le emozioni del 16° Allenamento di Natale sono ancora nell’aria e regalano quell’energia che spinge **Michele Cecotti e i suoi collaboratori** a lavorare all’organizzazione dei prossimi eventi.
L’inverno è dunque ricco di appuntamenti mentre dietro le quinte si pensa già a colorare la primavera con l’allegria tipica della corsa e la forza della community.

CROSS PER TUTTI

Si è svolta ieri domenica 22 gennaio la prima delle **6 tappe** del classico cross brianzolo.
Sui campi di Canegrate si sono sfidati oltre 2mila podisti. Spazio soprattutto ai giovanissimi ma anche ai master di tutte le età.
Pettorale unico per le sei prove, un piccolo contributo per **la salvaguardia dell’ambiente** e che rende questo pettorale ancora più speciale perché sarà compagno di sudore e fatica e dell’energia che accompagna le gare di cross. Affari&Sport ha rinnovato la sua collaborazione vestendo tutti i partecipanti con una **maglia tecnica** e i volontari con una **giacca** pensata per il rigido clima invernale.

Le altre tappe: 29 gennaio Cesano Maderno; 05 febbraio Lissone – 19 febbraio Cinisello Balsamo – 26 febbraio Paderno Dugnano – 05 marzo Brugherio.

2^ PROVA CSI PROVINCIALE

Domenica 5 febbraio dalle 8.30 il Parco della Villa Borromeo farà da sfondo alla sfida per l'assegnazione del **Campionato Provinciale di Cross CSI** organizzato dalla **Polisportiva Bernate** ed aperto a tutte le categorie.
Affari&Sport è a fianco dell'evento per il quale ha pensato ai premi.
Per info: Saverio 349 2197989.

AFFARI&SPORT LECCO

Da una idea di **Ferdi Cesana** nasce l'appuntamento di sabato 28 gennaio, un allenamento di gruppo pensato per chi si stia preparando alla **Bergamo 21 FYP** di domenica 5 marzo ma aperto a chiunque voglia fare due passi di corsa in allegra compagnia.
Ritrovo alle 10.00 presso Affari&Sport Lecco da dove si partirà insieme ai **pacer ufficiali** che guideranno i gruppi con diversi ritmi (da 4'00"/km a 6'30"/km). Previsti anche **due diversi percorsi**, 15 km Giro di Garlate e 10 km su pista ciclabile.
Durante l'allenamento sarà possibile **testare** le nuove calzature **ASICS**. Per tutti gadget ufficiale e ristoro finale.

RUN ROME THE MARATHON ON TOUR

Sabato 18 febbraio il **Parco di Monza** farà nuovamente da teatro all'onda di runner che si preparano alla Run Rome The Marathon (RRTM) del prossimo 19 marzo.
L'allenamento, organizzato in collaborazione con il pacer ufficiale della RRTM **Rocco Cilla**, ricalcherà l'evento svoltosi lo scorso anno. Ritrovo alle 8.30 presso **Affari&Sport di Villasanta** dove avrà inizio il divertimento, tra un selfie ed un sorriso prima di unirsi al proprio gruppo.
Pacer ufficiali avranno il compito di condurre il ritmo (4'30"/km – 4'45"/km – 5'00"/km – 5'15"/km – 6'00"/km – 6'15"/km – 6'30"/km – 7'00?/km) per tre giri da 10 km ognuno.
Si potrà partecipare anche correndo solo uno o due giri ed al termine dell'allenamento tutti di nuovo da Affari&Sport per ricevere la calda accoglienza di Michele e partecipare al ristoro finale.
Per tutti, **gadget** e la possibilità di usufruire di un voucher per iscriversi alla maratona.
Per info e prenotazioni: prenotazionivillasanta@affariesport.com

5 STEPS TO RUN

L'energia, la professionalità e la simpatia dell'allenatore Fidal **Mino Passoni** saranno di nuovo a disposizione di quanti prenderanno parte al prossimo **5 Steps to Run**, grande classico con partenza da Affari&Sport Villasanta. Lezioni pratiche per imparare a correre, migliorare la propria tecnica di corsa o semplicemente unirsi ad un gruppo speciale.
Cinque appuntamenti, ciascuno con uno specifico obiettivo, tutti all'interno del vicino Parco di Monza.
Per info e iscrizioni: paspasq@alice.it – info@affariesport.com.
T-shirt tecnica omaggio per tutti gli iscritti e possibilità di recuperare una lezione in una data extra (22 aprile).

Il calendario

18 marzo – Riscaldamento-tecnica di corsa-allunghi

25 marzo – Circuit Training Modificato

01 aprile – Le salite e come trasformarle

08 aprile – Il Fartlek come e perché

15 aprile – Interval Training – ripetute

SOLO UN PASSO DOPO L'ALTRO

I lunedì sera di Affari&Sport sono con **Solo Un Passo Dopo L'Altro**, il travolgente gruppo è pronto ad accogliere chi voglia iniziare o continuare a fare sport, cercare di migliorare o anche semplicemente stare in compagnia.
Attivi gruppi pensati per le diverse andature: "**Camminatori**", "**Primi Passi**", "**Intermedio**" e "**Avanzato**".
Info QUI

REALE MUTUA MONZA NIGHT TRAIL

Sabato 6 maggio alle 20.30 sarà una serata magica grazie alla 2^ edizione del Reale Mutua Monza Night Trail che illuminerà i monumenti dei **Giardini della Villa Reale di Monza**, vestiti a festa su un percorso **soft-trail** di circa 10 km. Tante le novità che saranno svelate nelle prossime settimane, tra cui un allenamento di gruppo con prova calzature **HOKA**, partner tecnico della manifestazione.
Le iscrizioni sono aperte sul sito, CLICCA QUI.