

# Una Vita ... di corsa!

Corriamo tutta una vita  
Dietro cosa?



Introduzione: **Michele Gregoraci**

Presidente Associazione Filippide Runners Team ASD-  
Responsabile dello sport "Per Cambiare Frascati"

Salute: **Saverio Salvagno**

Coordinatore "Per cambiare Frascati"

Moderatore: Prof. **Luciano Giovannini**

Interverranno:

**Matteo Simone** psicologo e scrittore

**Luca Denel** Dott. Osteopata

**Carlo Tuzzi** ex primatista italiana 100 e 60 mt ostacoli

**Di Paolo Sandro** Tecnico Nazionale Specialista

Mezzofondo dal 1980

**Ilaria Cante** Biologo-Nutrizionista

**Luciano Duchi** Presidente mezza maratona Roma Ostia

**Massimiliano Tallarico** vice presidente ASD Frascati

Schema



VI ASPETTIAMO SABATO 18 MAGGIO ALLE ORE 18,00 PRESSO IL

**CENTRO SPORTIVO LE COLLINE**

Via Fontanile Del Piccolo 34 - 00044 Frascati (RM)

Concluderemo con un piccolo aperitivo

**FILIPPIDE** RUNNERS TEAM



## A Frascati l'evento "Una vita...di corsa!"aa

“Una vita...di corsa”, un evento in cui si vogliono raccontare molteplici sfaccettature della corsa e dello sport in generale.

Si parlerà di sport non solo come esercizio fisico ma come attività che promuove il benessere psicofisico nella sua totalità: la corsa come compagna nella vita, con la quale si può approfondire la conoscenza di se stessi stessi, si affronta e si gestisce la fatica, che non si teme ma diventa addomesticabile e amica, e che permette di raggiungere i propri obiettivi, con impegno e fiducia.

L'evento, organizzato da Michele Gregoraci responsabile dello sport di Per cambiare Frascati e Presidente di Filippide Runners Team si terrà sabato 18 maggio alle ore 18:00 presso il centro sportivo Le Colline.

Se ne parlerà con esperti dello sport, del benessere e della nutrizione. Vi aspettiamo!” Lo rendono noto gli organizzatori.

[Read More](#)