

MARTEDÌ 22 SETTEMBRE 2015  
Giornale di Monza

Sanità **33**

**EVENTO** Test e valutazioni per gli iscritti alla corsa non competitiva di domenica 27 settembre

## Il Cam al fianco della «Brianza per il cuore run»

**MONZA** (cbu) Il Centro Analisi Monza rinnova la propria sensibilità rispetto alle manifestazioni sportive e filantropiche del territorio con un nuovo appuntamento all'insegna della prevenzione e della promozione del benessere.

Sarà la «Brianza per il cuore run» il contesto nel quale il polo sanitario locale metterà a disposizione dei partecipanti alla marcia, in programma domenica 27 settembre a Cascina San Fedele (nel Parco di Monza), servizi concepiti per un'attività motoria strutturata in maniera scientifica ed effi-

cace.

La squadra di professionisti del Medical Fitness sarà presente alla manifestazione per consigliare, supportare e informare gli atleti che vi prenderanno parte, i quali potranno sottoporsi gratuitamente a test e valutazioni eseguiti da personale medico, preparatori atletici e fisioterapisti del Cam.

Con l'utilizzo di apparecchiature

diagnostiche di ultima generazione verrà eseguita un'approfondita valutazione fisica (mobilità articolare, forza, elasticità e tonicità, capacità aerobica - consumo di ossigeno sotto sforzo - VO2 max), una valutazione della composizione corporea (misura della massa grassa e dei liquidi corporei) e lo studio di altri parametri anamnestici e di stile di vita. L'iniziativa si contestualizza nel

percorso di educazione ai corretti stili di vita, di sviluppo di una maggiore consapevolezza del proprio stato di salute e della messa in atto di efficaci abitudini preventive che da sempre la struttura sanitaria monzese promuove con l'obiettivo di costruire una diffusa Cultura della Salute. I posti per accedere alla prestazione sono limitati: è possibile prenotare anticipatamente

contattando lo 039/2397480.

La manifestazione podistica promossa in collaborazione con «Monza Marathon Team» si svolgerà dalle 9 del mattino e per tutto il pomeriggio. Alla run non competitiva faranno da cornice attività di arrampicata insieme al corpo dei Vigili del fuoco di Monza, attività sportive e laboratori per i più piccoli.