

A.C.A. Dott.re Giorgio Bellan e Dott.ssa Carla Francone

Relazione sul gruppo di cammino: anno 2018 – Volpiano

Riferimento rilevazione dati attività dei gruppi di cammino locali.

Procediamo alla risposta di quanto da Voi richiesto.

Punto 1/2: il soggetto promotore che si è attivato è stato l'UNITRE, il comune di Volpiano pur essendo

informato delle attività, si è attivato in parte successivamente e solo parzialmente.

Punto 3 : A livello di finanziamenti, vige l'autogestione dei W.L. con la partecipazione dell' UNITRE.

Punto 4 : I destinatari sono state tutte le persone senza distinzioni di sorta.

Nel gruppo di Volpiano si sono iscritte:

- N. **11** persone dai 18 ai 55 anni,
- N. **32** persone dai 56-64 anni,
- N. **61** persone oltre i 64 anni.

Punto 5 : La modalità di iscrizione è avvenuta e continuerà ad avvenire con lo stesso sistema e cioè tramite il "Modulo Iscrizione" fornito dall' UNITRE, di cui alleghiamo copia. La pubblicizzazione dei gruppi di cammino è stata curata dall'UNITRE e dai W.L.

Punto 6 : L' iscrizione è aperta a tutti ed è completamente gratuita. Gli iscritti regolari alle attività dell'UNITRE con tanto di tesseramento sono anche assicurati contro gli infortuni.

Punto 7: La tecnica di cammino è una semplice camminata, adeguata alla capacità motoria di coloro che sono più in difficoltà e di solito con qualche breve pausa in attesa del compattamento del gruppo in cui si sono effettuati alcuni esercizi motori.

Punto 8: I percorsi scelti sono stati del tipo misto con asfalto e sterrato prevalentemente lungo i sentieri delle zone boschive della Vauda nei tratti tra Volpiano e Lombardore.

Punto 9: Mediamente si sono percorsi in ogni sessione circa 4 Km e poco più.

Punto 10: La durata dei percorsi è stata mediamente da 1h a 1,30h comprensivi degli esercizi di riscaldamento e di defaticamento.

Punto 11: Le camminate sono state effettuate una volta alla settimana, sempre di Giovedì con orari differenziati tra periodi estivi ed invernali previo comunicazione anticipata.

Punto 12: Il numero di iscritti al gruppo di cammino del 2018 è stato di 132 persone. Si fa presente che il gruppo di cammino di Volpiano ha avuto inizio ad aprile.

Punto 13: La media dei partecipanti alle camminate è stata mediamente di 33 persone ad ogni incontro con un massimo di 54 persone.

Punto 14: Il genere di partecipanti è stato così costituito: Maschi 25 persone, Femmine 107 persone. La media delle singole partecipazioni in riferimento al Punto 13 è stata del 25% di uomini e 75% di donne.

Punto 15: L'età delle persone che hanno partecipato alle camminate si è così suddiviso:

- N. **11** persone dai 18 ai 55 anni,
- N. **32** persone dai 56-64 anni,
- N. **61** persone oltre i 64 anni.

Punto 16: I sistemi di misurazione delle attività fisiche utilizzati sono rappresentati da applicazioni su telefoni cellulari, contapassi e/o Smartwatch.

Punto 17: Gli strumenti utilizzati per determinare il gradimento delle persone, sono stati il dialogo e l'attenzione alle persone stabilendo con tutti un rapporto diretto ed amichevole nonché di sostegno alle persone più in difficoltà.

Punto 18: Gli strumenti di diffusione più comuni sono stati principalmente le pubblicazioni esposte nella bacheca comunale ed in quella dell'UNITRE nonché il passa parola.

Punto 19: Attualmente non abbiamo da segnalare alcun tipo di informazione.

Data : VOLPIANO 11/01/2019

Gruppo W.L. Volpiano :

- Grecuzzo Filiberto,
- Goy Francesco,
- Landra Gianni,
- Macchioni Giuseppe.

Migliori saluti.