

#Swim&Move

*Una giornata di sport per tutti all'insegna della solidarietà per AISM Roma.
Nautilus Sporting Center (Zona Romanina)
Domenica 16 Giugno 2019 dalle ore 8,30 alle 20,30*

L'evento "**Swim&Move**" comprende la **Sesta edizione della manifestazione amatoriale di solidarietà, 12 ore Nuotando con Amore**, staffetta di nuoto endurance a squadre, e "**#SMuoviti 2.0**", la seconda edizione di "**#SMuoviti**", iniziativa ideata l'anno scorso dal Gruppo Giovani di [Aism Roma](#), che si comporrà di varie dimostrazioni sportive e di aggregazione (volley, balli di gruppo) e discipline che rientrano nelle attività consigliate da AISM, Associazione Italiana Sclerosi Multipla, per il benessere delle persone con Sclerosi Multipla (Yoga, Qi Gong, Pilates). Al Parco della Romanina, vicino al Nautilus Sporting Center, si svolgerà il Torneo di Volley 4 contro 4 misto, dalle ore 15. Le iscrizioni sono aperte fino al 13 giugno.

12 ore Nuotando con Amore, staffetta di nuoto ideata da Luciano Vietri, instancabile promotore di iniziative natatorie, con l'unico intento di raccogliere fondi per cause meritevoli, coinvolge 12 squadre, ognuna composta da trenta nuotatori, per un totale di 360 persone coinvolte. L'evento, negli anni, si è consolidato per la fidelizzazione della maggior parte delle squadre partecipanti che vengono da tutta la Regione e vivono la giornata con spirito goliardico ma allo stesso tempo con la determinazione necessaria a compiere il grande sforzo richiesto. Ogni squadra ha un capitano che gestisce i turni del proprio team e che tiene i contatti con i responsabili tecnici dell'organizzazione. Fino al 6 giugno è possibile formare una propria squadra. La partecipazione è aperta a tutti fino al raggiungimento del numero massimo. Anche le persone che non hanno squadra possono iscriversi e, contattando l'organizzazione, essere inserite in uno dei team partecipanti.

Parteciperà **Cristina Guidi**, testimonial della campagna [#SMuoviti](#) di AISM, Consigliera Provinciale di AISM Roma, impegnata in prima persona nel Gruppo Young della Sezione di Roma, che riunisce i volontari fino a 40 anni. Cristina è stata protagonista di una Traversata sullo Stretto di Messina a giugno 2018. Sono tanti i nuotatori che hanno prestato il volto per promuovere l'iniziativa negli anni: Alessia Filippi, Massimiliano Rosolino, Luca Dotto, Mirco Di Tora e molti altri. Tra i testimonial di **#Swim&Move 2019** **Piero Codia**, campione europeo a Glasgow 2018, nei 100 metri farfalla, e **Margherita Panziera**, campionessa nei 200 metri dorso agli Europei di Glasgow 2018, stabilendo il nuovo record dei campionati con il tempo 2'06"18, e ha vinto una medaglia di bronzo partecipando alla staffetta 4x100 metri misti mista.

L'iscrizione alla staffetta "12 ore Nuotando con Amore" è di 15 euro, che vanno interamente a finanziare la Sezione AISM di Roma per le attività che ogni anno dedica al benessere psicofisico delle persone con Sclerosi Multipla.

Per informazioni e modalità di partecipazione: 12ore.nuotandoconamore.org/

Per effettuare una donazione per finanziare progetti dedicati all'attività fisica e di benessere per persone con Sclerosi Multipla e per il programma completo delle attività di "#Smuoviti 2.0":

<https://www.facebook.com/donate/348547782451705/>

Qui il form da usare per iscriversi alle attività di "#Smuoviti 2.0":
<https://forms.gle/nWsmRZEgDX32Pjnh7>

Attorno alla piscina, nei vari spazi interni ed esterni del Nautilus, sport per tutti con **"#SMuoviti 2.0"**, una giornata dedicata allo sport ed al benessere senza esclusioni, con attività fisiche e rilassanti adatte a sportivi e non, che possono provare in totale sicurezza varie discipline illustrate da istruttori professionisti. Da attività più movimentate come Cross Funzionale, fino a discipline quali Yoga e Qi Gong, ce n'è per tutti i gusti, tutte le età e condizioni fisiche. Nel limitrofo Parco della Romanina (ingresso da via Raimondo) sarà allestito uno spazio dedicato al torneo a 4 di Volley, le iscrizioni sono aperte fino al 13 giugno.

"#SMuoviti 2.0" è una iniziativa dedicata all'inclusione sociale, ideata per incoraggiare stili di vita sani, allegri e solidali che sport e aggregazione possono favorire, anche per le persone che convivono con le problematiche fisiche, psicologiche e sociali derivate da una patologia cronica ed insidiosa come la Sclerosi Multipla. L'iscrizione alle varie attività di #Smuoviti! è possibile tramite un contributo libero.

A completare il programma della giornata, sono previsti nell'area Villaggio del Nautilus Sporting Center attività di intrattenimento per il pubblico degli sportivi e dei visitatori, come animazione per bambini (dalle ore 10 alle 18, con cake design dalle ore 15 alle 16, e dalle ore 16 alle 17), balli di gruppo, stand gastronomici, dimostrazioni di primo soccorso (ore 11-12, 16-17).

[AISM](#), Associazione Italiana Sclerosi Multipla, è l'unica organizzazione italiana che interviene a 360 gradi sulla sclerosi multipla: promuove ed eroga servizi a livello nazionale e locale, rappresenta e afferma i diritti delle persone con Sclerosi Multipla, sostiene, indirizza e promuove la ricerca scientifica.

L'evento è patrocinato da Regione Lazio, Roma Capitale, CONI Comitato Regionale Lazio, FINP-Federazione Italiana Nuoto Paralimpico, FIN-Federazione Italiana Nuoto.

AISM Roma ringrazia Poste Italiane per il sostegno dei progetti associativi diretti al benessere psicofisico delle persone con Sclerosi Multipla.

Grazie alle tante realtà produttive che hanno offerto un rilevante contributo alla causa in occasione di Swim&Move: Nautilus Sporting Center, Iperfamily, Ferrarelle, Hand srl, Gi Group, Forno De Angelis, F'orme Osteria, AMR Costruzioni, Eusphera, Praxi Medica, M.A.C.E. S.r.l., La Rospa in Cucina, Antoluc Arredamenti, CentroMobiliZavaglia.

Si ringrazia Dimensione Suono Roma per il supporto nella comunicazione.

#aismroma
#12orenuotandoconamore
#swimandmove

Per informazioni e adesioni:
AISM Sezione Provinciale di Roma
Tel. 064743355
Email: promoroma@aism.it
Facebook: Aism Roma
www.aism.it/roma