



REGOLAMENTO

Possono usufruire della gratuità solo le persone maggiorenni, in possesso di certificato medico, che non risultino già iscritte da settembre 2024 nelle palestre, piscine o ASD/SSD in cui intendono utilizzare il coupon presente nella scatola.

OCCORRE:

Scansionare il codice Qr contenuto nella scatola per accedere alla pagina dedicata alla sperimentazione italiana sul sito www.movement-pills.eu/ e selezionare la voce di menù riguardante il vostro Comune o area metropolitana dove sarà possibile visionare le attività proposte.

Visionare tutte le attività presenti in questo bugiardino e dopo aver scelto quelle di vostro interesse contattare le segreterie di polisportive, palestre, piscine e dei comitati UISP per conoscere i termini della promozione, le attività e gli slot orari disponibili.

Non dimenticare di portare con te la scatola per fare le attività sportive gratuite concordate telefonicamente o via mail.

La promozione è valida fino ad esaurimento dei posti che ogni società ha messo a disposizione.

Ricordiamo che la scatola e il buono omaggio per i due mesi di attività fisica sportiva sono spendibili dal 1/03/2025 al 30/04/2025

L'ATTIVITÀ GRATUITA TERMINERÀ PER TUTTI IL 30 APRILE 2025

MOVEMENT PILLS 2.0

È una campagna europea di contrasto alla sedentarietà e di promozione della cultura del movimento per il benessere psicofisico e la salute in generale, finanziata dall'Unione Europea.

Il progetto prevede la distribuzione capillare, nei Paesi partner di Movement Pills Boxes, di vere e proprie scatole che assomigliano a quelle dei medicinali, intese però come rimedio naturale in grado di prevenire malattie legate all'inattività.

Le scatole infatti contengono un **flyer (coupon) che vale per 2 mesi di attività fisica gratuita** nelle strutture (palestre, piscine, impianti, comitati Uisp) che aderiscono al progetto e le credenziali di accesso a lezioni interattive di sport online e/o a video tutorial.

L'iniziativa mira a sensibilizzare e incoraggiare i cittadini a diventare più attivi, la scatola che hai tra le mani è quindi un'opportunità per inaugurare un cambiamento per il tuo benessere e una vita più sana.

Il progetto, promosso da UISP Aps è realizzato da: Italia, Danimarca, Belgio, Romania, Bulgaria, Grecia, Polonia, Estonia.

In Italia si svolge con la collaborazione di 12 comitati Uisp provinciali ed è attivo in oltre 220 Comuni e Aree metropolitane, contando sull'adesione di 370 tra ASD e SSD (Associazioni e Società sportive dilettantistiche).

Le 120.000 scatole di Movement Pills, permetteranno di scegliere tra una rosa di oltre 1.200 attività sportive e motorie promosse in tutta Italia e riportate nel seguente bugiardino.

CORSI PALESTRA

JOY DANCE ASD

VIANO (RE) - Tel. 05221307970
joydance@libero.it - www.joydanceasd.com

ATTIVITÀ PROPOSTE

Slim fast, Tonificazione, Fitness dance, Pilates, Ginnastica della terza età, Posturale, Yoga, Tai chi chuan

Otto ingressi omaggio

ETA MOVE ASD

REGGIO EMILIA - Tel. 3347072725
info@etamove.it - www.etamove.it

ATTIVITÀ PROPOSTE

Parkour, Ginnastica acrobatica con attrezzi non convenzionali (tessuti aerei e corda aerea)

Due mesi omaggio

POLISPORTIVA L'ARENA

MONTECCHIO (RE) - Tel. 3513560578
segreteria@larenasport.it - www.larenasport.it

ATTIVITÀ PROPOSTE

MMA, Jujitsu, Kick Boxing, Judo, Attività fisica adattata neurologica, Attività Fisica Adattata, Pilates

Otto ingressi omaggio

A.S.D. LE FARFALLE

BAISO (RE) - Tel. 3476569268
info@asdlefarfalle.it

ATTIVITÀ PROPOSTE

Ginnastica dolce, Ginnastica dinamica, Ginnastica metodo pilates e posturale

Otto ingressi omaggio

ASS. POLISPORTIVA SCANDIANESE

SCANDIANO (RE) - Tel. 0522855709
info@polisportivascandianese.it
www.polisportivascandianese.it

ATTIVITÀ PROPOSTE

Corsi Fitness

Otto ingressi omaggio

KYOTO CENTER ASD APS

GUASTALLA (RE) - Tel. 0522830511
info@kyotocenter.it - www.kyotocenterasd.it

ATTIVITÀ PROPOSTE

Judo adulti, Ginnastica metodo pilates, Mixofitness light (ginnastica aerobica con la musica), Indoor cycling, Ginnastica dolce

Otto ingressi omaggio

SWATMARAMA ASD

CASTELNOVO DI SOTTO (RE) - Tel. 3387734484
barbarabarbieri01@gmail.com

ATTIVITÀ PROPOSTE

Ginnastica metodo yoga

Otto ingressi omaggio

EQUIPE SPORTIVA SRL SSD

BORETTO (RE), CAMPEGINE (RE), RUBIERA (RE), SCANDIANO (RE)
Tel. 0522553373
g.doglione@equipesportiva.it
www.equipesportiva.it

ATTIVITÀ PROPOSTE

Fitness

Otto ingressi omaggio

DANZE

ETA MOVE ASD

REGGIO EMILIA - Tel. 3347072725
info@etamove.it - www.etamove.it

ATTIVITÀ PROPOSTE

Capoeira, Danze internazionali (jazz, swing e danze caraibiche-argentine)

Due mesi omaggio

POLISPORTIVA L'ARENA

MONTECCHIO (RE) - Tel. 3513560578
segreteria@larenasport.it - www.larenasport.it

ATTIVITÀ PROPOSTE

Boogie woogie, Caraibici, Tessuti aerei

Quattro ingressi omaggio

TERRA DI DANZA ASD

REGGIO EMILIA - Tel. 0522 371698
info@terradanza.it - www.terradanza.it

ATTIVITÀ PROPOSTE

Danze internazionali

Due mesi omaggio

ATTIVITÀ ACQUATICHE

REGGIANA NUOTO ASD

REGGIO EMILIA - Tel. 0522552096
iscrizioni@reggiananuoto.org
www.reggiananuoto.com

ATTIVITÀ PROPOSTE

Nuoto, Aquagym, Nuoto artistico, Aquabike, Acquawalking

Sei ingressi omaggio

ASS. POLISPORTIVA SCANDIANESE

SCANDIANO (RE) - Tel. 0522855709
info@polisportivascandianese.it
www.polisportivascandianese.it

ATTIVITÀ PROPOSTE

Nuoto, Ginnastica in acqua

Cinque ingressi omaggio

EQUIPE SPORTIVA SRL SSD

BORETTO (RE), CAMPEGINE (RE), RUBIERA (RE), SCANDIANO (RE)
Tel. 0522553373
g.doglione@equipesportiva.it
www.equipesportiva.it

ATTIVITÀ PROPOSTE

Nuoto

Otto ingressi omaggio

ATTIVITÀ ALL'APERTO

G.A.S.T. IMPRESA SOCIALE

REGGIO EMILIA - Tel. 331 8776207
gast@gastonlus.org - www.gastonlus.org

ATTIVITÀ PROPOSTE

Sci alpino per persone con disabilità

Due ore di attività con persone diversamente abili omaggio

A.S.D. REGGIO BASEBALL

REGGIO EMILIA - Tel. 0522171 9832
Stadio da Baseball Giorgio Caselli
Via Lodovico Petit Bon 1
info@reggiobaseball.com
www.reggiobaseball.com

ATTIVITÀ PROPOSTE

Baseball, Softball

Due mesi omaggio

ARCIERI DELLE TERRE BASSE ASD

NOVELLARA (RE) - Tel. 3474975714
arcieridelletterebasse@gmail.com

ATTIVITÀ PROPOSTE

Tiro con l'arco

Due mesi omaggio

SWATMARAMA ASD

CASTELNOVO DI SOTTO (RE) - Tel. 3387734484
barbarabarbieri01@gmail.com

ATTIVITÀ PROPOSTE

Yoga in cammino

Sei ingressi omaggio

Promosso da



Con il patrocinio di



Società aderenti al progetto



In collaborazione con

