

G P T

GREEN
PROGRAM
TRAINING

A cura della Direzione Tecnica Nazionale GpT



Hanno collaborato:

Emiliana Polini, Fabio Gaggioli, Massimo Monticelli, Pietro Natalicchio, Sonia Angilletta, Matteo Bonfiglio, Elisabetta Boni, Simona Brusa, Jlenia Cosenza, Luigi Di Tavi, Donatella Eterno, Laura Gagliardi, Mariangela Martucci, Andrea Massaro, Gabriele Mattei, Alessandra Mazzatosta, Angela Odorino, Emanuela Paterno, Paolo Ricci, Catia Rosi, Silvia Tecchi.

IL PROGETTO



- ▶ Il progetto “**Green Program Training**” nasce per dare alla Ginnastica una modalità più dinamica, un nuovo significativo obiettivo in linea con le attuali situazioni e problematiche, portando a conoscenza, anche dei non addetti ai lavori, questa opportunità della pratica della Ginnastica, che è alla base di ogni attività sportiva e di benessere. Inoltre vuole anche dimostrare che è possibile intervenire con l'utilizzo di spazi diversi dalle classiche palestre.
- ▶ Esaltare quanto ruota intorno al mondo della Ginnastica per Tutti in chiave di socialità, mirando ad un percorso educativo con ulteriori opportunità di confronto tra generazioni diverse.



[Guarda il promo](#)

PROGRAMMA TECNICO

LE CITTA' DELLA GINNASTICA



- Ogni società/associazione sportiva, può scegliere una o più proposte tra quelle indicate, da effettuarsi in uno spazio all'aperto



PERCORSO VITA E CHALLENGE



TEST MOTORI



GIOCHI ALL'APERTO PER BAMBINI E ADULTI



ROPE SKIPPING



GINNASTICA PER TUTTI



ESERCIZI DI GRUPPO



FLASHMOB



GLI STEP



1. **LE CITTA' DELLA GINNASTICA:** laboratori e proposte motorie per bambini, ragazzi, adulti, anziani, diversamente abili, da svolgersi all'aperto e gestite da associazioni e società sportive affiliate alla FGI.
2. **GpT DAY (11/12 giugno e 24/25 settembre 2022):** giornate nazionali dedicata all'attività all'aperto.
3. **CONTEST:** partecipazione ad un contest fotografico, attraverso il quale le società/associazioni partecipanti possano inviare una fotografia immortalata durante i GpT Day e partecipare ad un concorso nazionale. Le foto più significative saranno premiate durante la manifestazione «Ginnastica in Festa - Summer Edition e Winter Edition».

GpT Day

QUANDO

Sabato 11 o
Domenica 12
giugno 2022

Sabato 24 o
Domenica 25
settembre
2022

DOVE

In qualsiasi
luogo
all'aperto della
propria città
(piazza,
spiaggia,
parco...)

COME

Cimentandosi
in una o più
attività
proposte dal
programma

CHI

Tutti i tesserati
FGI.
Chiunque voglia
cimentarsi nelle
attività,
sottoscrivendo
un tesseramento
temporaneo alla
FGI



CONTEST



- ▶ Le società/associazioni partecipanti possono inviare una fotografia immortalata durante i GpT Day e partecipare al concorso nazionale.
- ▶ Le foto più significative saranno premiate durante la manifestazione «Ginnastica in Festa - Summer Edition e Winter Edition 2022».
- ▶ Le foto vanno inviate **entro il 15 giugno 2022 ed il 30 settembre 2022** al seguente indirizzo email: emiliana.polini@federginnastica.it



Vi aspettiamo!