

30-31 MAGGIO  
2015



**FIZAN**

INTERNATIONAL  
2015



Organizzazione:



# Il Nordic Walking

- Disciplina sportiva, nata nel 1997, che si sta velocemente diffondendo in tutto il mondo e che negli ultimi anni sta avendo un **tasso di crescita esponenziale** come nessun'altra attività;
- E' uno **"Sport per Tutti" e per tutto l'anno** che offre un modo facile, poco costoso e divertente per gustare uno stile di vita sano e attivo;
- Può essere a ragione considerato una delle **attività sportive più complete in assoluto**.



# Il Nordic Walking



## CHE COSA È?

Il Nordic Walking, anche noto come “**camminata nordica**” o “**camminata con i bastoncini**”, è una disciplina che si pratica all’aria aperta, un allenamento dolce che sviluppa resistenza, forza e fitness.

E’ una nuova disciplina sportiva, nata nel 1997, che negli ultimi anni sta velocemente conquistando tutto il mondo. Dalla Finlandia, dov’è nato, all’Australia, dalla Cina agli Stati Uniti, si contano ormai milioni di praticanti. E’ uno degli sport di maggior crescita in questo momento che ha avuto un enorme sviluppo soprattutto nel centro-nord Europa ma che da pochi anni sta prendendo piede anche in Italia.

La tecnica fondamentale del Nordic Walking prende spunto dai **movimenti propri dello sci di fondo** per la tecnica classica, utilizzando il cosiddetto movimento diagonale e inserendo in modo adeguato l'utilizzazione dei bastoncini.

Il Nordic Walking è una camminata naturale che si avvale della successione fisiologica dei movimenti alternati di braccio e gamba opposti alla quale si aggiunge una spinta efficace con il bastoncino che porta ad ottenere una maggiore lunghezza del passo senza però abbandonare la naturale fluidità del movimento.

Una tecnica che non può essere improvvisata: per apprenderla è necessario, come in qualunque altro sport, specie all’inizio, l’aiuto di un buon istruttore.

# Il Nordic Walking



## I BENEFICI

- **Maggior consumo energetico superiore dal 20 al 40% rispetto al walking senza bastoncini;**
- **Si ottiene un coinvolgimento di circa il 90% della nostra muscolatura (oltre 600 muscoli);**
- **Grazie al coinvolgimento attivo della muscolatura ausiliaria dell'apparato respiratorio, è incrementata l'ossigenazione dell'intero organismo;**
- **Mantiene in esercizio quattro delle cinque forme principali di sollecitazione motoria: resistenza, forza, mobilità, coordinazione;**
- **Scioglie le contrazioni nella zona delle spalle e della nuca (zona cervicale);**
- **Ritarda il processo di invecchiamento;**
- **Stimola l'eliminazione degli ormoni originati dallo stress;**
- **Aumenta la frequenza cardiaca di 10-15 pulsazioni al minuto rispetto alla camminata tradizionale alla stessa andatura. Genera quindi un buon esercizio cardiocircolatorio;**
- **Rinforza il sistema immunitario;**
- **Migliora la postura e favorisce la mobilizzazione della colonna vertebrale;**
- **Alleggerisce il carico sulla schiena, sulle articolazioni e sull'apparato motorio in genere.**



- L'evento denominato “**NORDICWALKINROME**” nel 2015 sarà alla sua seconda edizione ed è una manifestazione tra le più prestigiose a livello nazionale per la disciplina e sviluppata anche in ambito
- internazionale con partecipanti provenienti da diversi paesi europei e mondiali; si articolerà in 2 giorni (30 e 31 Maggio 2015) e si inserisce all'interno di un altrettanto prestigioso progetto nazionale denominato “**NordicWalkInItaly – Circuito Città d'Arte**” rivolto alla promozione della cultura e del benessere che vede coinvolte 3 delle più importanti città d'arte italiane: **VENEZIA** (nel 2015 già alla quinta edizione), **ROMA** e **SIENA** (entrambe alla seconda edizione nel 2015), oltre che ad altre città d'arte minori che si aggiungeranno dai prossimi anni.





- **Coniugare lo sport con l'ambiente** significa avere la possibilità di apprezzare il paesaggio, la storia, la natura e le tradizioni di una città o di un territorio; in sostanza avere la possibilità di scoprire la cultura dei luoghi visitati abbinando il tutto ad un sano movimento per riappropriarsi del proprio benessere fisico e mentale;
- Il progetto nasce con la finalità di arricchire e favorire, tramite nuovi e originali elementi, una più forte **integrazione tra la promozione turistica** del ricchissimo patrimonio ambientale e naturalistico di Roma **unita all'esperienza sportiva** legata ad uno sport come il nordic walking, praticabile di tutti, in grande crescita e che offre innumerevoli benefici che lo portano ad essere oggi una attività dalle tante sfaccettature e sempre più utilizzata anche in ambito salutistico-riabilitativo-preventivo.

# L'Organizzazione



Per lo svolgimento dell'evento sono state individuate **2 aree della città** di Roma che si alterneranno come sede delle attività per ognuna delle giornate previste. **Luoghi adatti all'attività del Nordic Walking** che permetteranno di legare l'attività fisica ad aspetti ambientali e culturali.

La prima giornata si svolgerà nel **Parco di Villa Doria Pamphili** dove gli istruttori della Scuola Italiana Nordic Walking organizzeranno un **Walking Day Village** con lezioni introduttive di nordic walking, sessioni specifiche per anziani e per non vedenti, attività ludico-motorie per bambini e ragazzi e camminate di nordic walking guidate nella villa.



# L'Organizzazione

La seconda giornata vedrà come luogo di ritrovo **Villa Borghese (P.le del Pincio)** in cui verrà situato il **NordicWalkingRome Village** e da dove avrà inizio una splendida camminata lungo un itinerario che è stato denominato della **“Roma Imperiale”** che ci porterà a toccare i principali monumenti e aree storiche di Roma: Piazza di Spagna, Fori Imperiali e Colosseo, Circo Massimo, Campidoglio, Pantheon, P.zza Navona per citarne alcuni. La camminata terminerà nuovamente a Villa Borghese dove si chiuderà anche ufficialmente la manifestazione.



# L'edizione 2014



La prima edizione del **NordicWalkingRome 2014** ha visto la partecipazione di oltre 1000 partecipanti provenienti da ogni località italiana ed ottenuto gli importanti patrocini delle maggiori istituzioni locali e nazionali (Coni, Fidal, AICS, Regione Lazio, Roma Capitale, Consiglio Regionale del Lazio, Unindustria, Federturismo Confindustria, Ambasciata Finlandese in Italia) nonché il supporto di importanti aziende partner.

## Patrocini:



## Partner:



## Media Partner:



## No-profit Partner:



# L'edizione 2014



## Il percorso della "Roma Imperiale"





Ufficio Stampa dedicato esclusivamente alla promozione dell'evento



La Scuola Italiana Nordic Walking è una associazione sportiva che opera in ambito nazionale che ha lo scopo di **promuovere e sviluppare il nordic walking** o camminata nordica sul territorio italiano grazie all'organizzazione di eventi, convegni, seminari, etc... Inoltre la Scuola Italiana si occupa dell'**organizzazione dei corsi per la formazione degli istruttori di nordic walking** curando e cercando di sviluppare in particolar modo la crescita di ognuno di essi tramite continui corsi di aggiornamento e di specializzazione in varie discipline che ne vanno a completare il bagaglio tecnico-professionale.

Dal 2013 la SINW è l'unica **Scuola Federale riconosciuta dalla Federazione Italiana d'Atletica Leggera (FIDAL)** per la formazione dei tecnici federali di nordic walking.

La Scuola Italiana Nordic Walking conta tra le sue fila già **oltre 2500 istruttori sparsi in tutta Italia** che hanno sviluppato un movimento di **diverse centinaia di migliaia di camminatori**.

Altresì la Scuola **collabora con Università, enti e istituzioni** per lo sviluppo di progetti legati ad un ambito formativo, medico-sanitario, di promozione del benessere e di uno stile di vita sano e di promozione turistica del territorio nazionale.

# Chi Siamo



L'Associazione Sportiva Dilettantistica **GOSPORTS** nasce dalla passione e dall'esperienza specifica nel settore dei suoi Soci fondatori. Si prefigge di promuovere attività sportive, culturali e sociali ed in particolar modo l'organizzazione di eventi sportivi atti a favorire il benessere e la qualità della vita nel rispetto dell'ambiente e del territorio.

L'ASD GOSPORTS è affiliata all'Ente di Promozione Sportiva A.I.C.S., riconosciuta dal CONI.

Alla ASD Gosports è stata affidata l'organizzazione e la promozione dell'evento NordicwalkinRome con la collaborazione tecnica della Scuola Italiana Nordic Walking.

**CORSA - CICLISMO - GOLF - NORDIC WALKING - NUOTO - SURF  
CALCIO - CANOA - TENNIS - SCI**

# PACCHETTI PUBBLICITARI



## Pacchetto Gold

€5.000,00

### TITOLAZIONE DELL'EVENTO

La prima edizione dell'evento sarà intitolata "**Nome Sponsor Gold**" **Nordicwalkinrome** e la dicitura apparirà in tutti i comunicati stampa e gli stampati della manifestazione e comunque in ogni occasione in cui sarà utilizzato il nome dell'evento

### STRUTTURA PARTENZA/ARRIVO

Si tratta di un arco gonfiabile su cui verranno posizionati dei teli forniti dagli sponsor, recanti i loro marchi, ed il logo della manifestazione. Allo **sponsor Gold** vengono riservati due spazi sulla parte alta del gonfiabile, ai lati del logo dell'evento.

### FELTRO ARRIVO

Tappeto, fornito dallo sponsor e posto negli ultimi 20 metri di camminata, su cui passeranno tutti i partecipanti al traguardo.

### TABELLARE PARTENZA/ARRIVO

N° 4 striscioni (dimensioni 6x1) forniti dallo **sponsor Gold** posizionati in zona privilegiata, alternati con gli altri sponsor.

### FONDALE PREMIAZIONI

Fondale posto dietro al podio premiazioni dove sarà posto in modo privilegiato il marchio dello **sponsor Gold**.

### TABELLARE PERCORSO

Striscioni forniti dallo **sponsor Gold** posizionati nelle zone più spettacolari del tracciato. Complessivamente potremo posizionare 200 metri di striscioni.

### PETTORALE

Il pettorale di gara, (dim. cm. 23 x 21), indossato da tutti i concorrenti, avrà posizionato nella parte alta (cm. 23 x 5,5) il marchio dello **sponsor Gold**.

# PACCHETTI PUBBLICITARI



## Pacchetto Gold

€5.000,00

### BROCHURE CON PROGRAMMA UFFICIALE

Presentazione evento e programma in formato pieghevole cm. 21 x 29,7 stampato in 10.000 copie che viene distribuito nella Conferenza Stampa, a tutti i partecipanti, ai vari istruttori e loro associazioni italiane e come materiale promozionale a fiere ed eventi. Lo **sponsor Gold** avrà a disposizione la seconda e la quarta pagina di copertina, oltre ad una pagina centrale. Logo fornito dallo sponsor.

### LOCANDINA

Locandina della manifestazione cm. 33 x 70, stampata in 600 copie e distribuita negli esercizi commerciali e nei luoghi pubblici.

### SITO INTERNET & SOCIAL NETWORKS

Sul sito internet [www.nordicwalkinrome.com/it](http://www.nordicwalkinrome.com/it) sarà collocato un banner in posizione ben visibile con il link diretto al sito internet dello **sponsor Gold**; altresì lo stesso sarà utilizzato sui social network nelle pagine appositamente realizzate per l'evento.

### VILLAGGIO NORDIC

Allo **Sponsor Gold** sarà riservato uno spazio espositivo presso il Villaggio Nordic.

### CONFERENZE STAMPA

Allo **Sponsor Gold** sarà riservato uno spazio all'interno delle conferenze stampa previste dove potrà illustrare, attraverso la presenza di un suo rappresentante, le proprie attività. Altresì sarà riservato uno spazio nel fondale dell'evento posizionato in sala e all'interno delle cartelle consegnate alla stampa nelle conferenze di presentazione previste.

# PACCHETTI PUBBLICITARI



## Pacchetto SILVER

€3.000,00

### STRUTTURA PARTENZA/ARRIVO

Si tratta di un arco gonfiabile su cui verranno posizionati dei teli forniti dagli sponsor, recanti i loro marchi, ed il logo della manifestazione. Allo **Sponsor Silver** viene riservato uno spazio sulla parte laterale del gonfiabile.

### TABELLARE PARTENZA/ARRIVO

N° 2 striscioni (dimensioni 6x1) forniti dallo **Sponsor Silver** posizionati in zona privilegiata, alternati con gli altri sponsor.

### FONDALE PREMIAZIONI

Fondale posto dietro al podio premiazioni dove sarà posto in modo privilegiato il marchio dello **Sponsor Silver**.

### TABELLARE PERCORSO

Striscioni forniti dallo **Sponsor Silver** posizionati nelle zone più spettacolari del tracciato. Complessivamente potremo posizionare 100 metri di striscioni.

### BROCHURE CON PROGRAMMA UFFICIALE

Presentazione evento e programma in formato pieghevole cm. 21 x 29,7 stampato in 10.000 copie che viene distribuito nella Conferenza Stampa, a tutti i partecipanti, ai vari istruttori e loro associazioni italiane e come materiale promozionale a fiere ed eventi. Lo **Sponsor Silver** avrà a disposizione una pagina interna. Logo fornito dallo sponsor.

### LOCANDINA

Locandina della manifestazione cm. 33 x 70, stampata in 600 copie e distribuita negli esercizi commerciali e nei luoghi pubblici.

### VILLAGGIO NORDIC

Allo **Sponsor Silver** sarà riservato uno spazio espositivo presso il Villaggio Nordic.

### SITO INTERNET & SOCIAL NETWORKS

Sul sito internet [www.nordicwalkinrome.com/it](http://www.nordicwalkinrome.com/it) sarà collocato un banner in posizione ben visibile con il link diretto al sito internet dello **Sponsor Silver**; altresì lo stesso sarà utilizzato sui social network nelle pagine appositamente realizzate per l'evento.

### CONFERENZE STAMPA

Allo **Sponsor Silver** sarà riservato uno spazio all'interno delle conferenze stampa previste dove potrà illustrare, attraverso la presenza di un suo rappresentante, le proprie attività. Altresì sarà riservato uno spazio nel fondale dell'evento posizionato in sala e all'interno delle cartelle consegnate alla stampa nelle conferenze di presentazione previste.

# PACCHETTI PUBBLICITARI



## Fornitori Ufficiali

€1.000,00

### CATEGORIE:

**COMPUTER - TIMING – TRASPORTI – ENERGETICO – ACQUA VIDEO – FOTOCOPIE - FRUTTA - LATTE FOTO – ALIMENTARI, ETC**

### PARTENZA/ARRIVO

Striscioni forniti dai **fornitori ufficiali** posizionati in zona partenza/arrivo. Complessivamente potremo posizionare 2 striscioni per ciascuno sponsor.

### BROCHURE CON PROGRAMMA UFFICIALE

Presentazione evento e programma in formato pieghevole cm. 21 x 29,7 stampato in 10.000 copie che viene distribuito nella Conferenza Stampa, a tutti i partecipanti, ai vari istruttori e loro associazioni italiane e come materiale promozionale a fiere ed eventi. I Fornitori Ufficiali avranno a disposizione uno spazio in una pagina interna. Logo fornito dal **fornitore ufficiale**.

### LOCANDINA

Locandina cm. 33 x 70, stampata in 600 copie e distribuita negli esercizi commerciali e nei luoghi pubblici su cui sarà evidenziato il logo dei Fornitori Ufficiali.

### VILLAGGIO NORDIC

Al **Fornitore Ufficiale** sarà riservato uno spazio espositivo presso il Villaggio Nordic.

### SITO INTERNET & SOCIAL NETWORKS

Sul sito internet [www.nordicwalkinrome.com/it](http://www.nordicwalkinrome.com/it) sarà collocato un banner con il link diretto al sito internet dello sponsor Silver; altresì lo stesso sarà utilizzato sui social network nelle pagine appositamente realizzate per l'evento.

### FONDALE PREMIAZIONI

Fondale posto dietro al podio premiazioni dove sarà posto il marchio dello sponsor **Fornitore Ufficiale**.

### CONFERENZE STAMPA

Al **Fornitore Ufficiale** sarà riservato uno spazio nel fondale dell'evento posizionato in sala e all'interno delle cartelle consegnate alla stampa nelle conferenze di presentazione previste.

# PACCHETTI PUBBLICITARI



PACCHETTO GOLD	€5.000,00
PACCHETTO SILVER	€3.000,00
PACCHETTO FORNITORE UFFICIALE	€1.000,00

## ALTRE FORME DI COLLABORAZIONE

SOLO SPAZIO ESPOSITIVO VILAGGIO NORDIC 3 X 3	€1.000,00
Fornitura Pettorali Logo manifestazione + partner	€1.000,00
Fornitura Sacco Iscrizione Logo manifestazione + partner	€3.000,00
Fornitura cappellini Logo manifestazione + partner	€3.000,00
Fornitura fratini per staff organizzativo Logo manifestazione + partner	€ 500,00
Telo arco arrivo/partenza 100 x 200	€ 500,00 cad.
Teli arco arrivo/partenza 100 x 150	€ 200,00 cad.
Teli arco arrivo/partenza 50 x 100	€ 200,00 cad.
Materiale vario per pacco iscrizione e ristoro finale	da definire



**Segreteria Organizzativa:**

Simona D'Alessandro – Cell. 329.9424049  
Email: [segreteria@nordicwalkinrome.com](mailto:segreteria@nordicwalkinrome.com)

**Segreteria tecnica:**

Fabio Moretti – Cell. 393.1731839  
Email: [info@nordicwalkinrome.com](mailto:info@nordicwalkinrome.com)

**Sito Internet:**

[www.nordicwalkinrome.com](http://www.nordicwalkinrome.com)