***Progetto: i bastoncini della salute***

L’area sportiva di Nordic Walking del Tennis Club Piazzano è il punto di riferimento degli appassionati di camminata nordica di Novara e provincia, il luogo dove pianifichiamo attività ed allenamenti, dove trovano risposta le domande di chi si avvicina per la prima volta a questa affascinante disciplina

All’interno della realtà del club è nata la Scuola Nordic Walking Novara, costituita nel 2015, che offre esperienze adatte ad ogni livello di preparazione.

La coerenza con le richieste del bando deriva dai benefici intrinsechi del Nordic Walking, o camminata nordica con i bastoncini, in quanto si tratta di un’attività che si pratica esclusivamente all’aperto, in contatto diretto ed esclusivo con la natura.

Nello specifico lo sviluppo del progetto *«I bastoncini della salute»* prevede l’ampliamento di siti naturalistici fruibili dalla cittadinanza e di interesse turistico, con il supporto attivo dei guardaparco dell’Ente Gestione Aree Protette Val Sesia (in partenariato), il sostegno dell’Ente di Gestione Aree protette Ticino e Lago Maggiore e dell’Agenzia Turistica Locale di Novara.

Specificità del progetto, nell’ambito della proposta di stili di vita sani, in quanto la pratica del Nordic Walking è volta a motivare i soggetti inattivi e metabolici ed essere di supporto a soggetti oncologici in follow up e neurologici, nello specifico della nostra proposta, in partenariato con Lilt (Lega Lotta Tumori) sez. di Novara

Innovazione e peculiarità del progetto è la profilazione biologica su due gruppi di confronto (attivi e neofiti), individuando specifici biomarkers indicatori di salute che accertano la validità in campo salutistico, secondo l’innovativo concetto per cui la salute è allenabile e misurabile. Tale azione sarà intrapresa utilizzando la strumentazione da campo. I dati raccolti saranno interpretati attraverso la piattaforma Datafit di proprietà della startup innovativa Trento Health Data S.r.l., determinando la consapevolezza dei benefici del nordic walking e rendendo tangibili e confrontabili, i propri miglioramenti.

******