

L'iniziativa Domani (alle 16) dal centro di Milano parte la bicicletтата organizzata dall'Associazione per la lotta alla trombosi

In piazza Duomo si «pedala con il cuore»

La partecipazione è libera e gratuita
L'Alt: «Una lotta alle cattive abitudini»

PIERLUIGI SPAGNOLO

Una pedalata in compagnia può fare bene. Al cuore, ma non solo. Soprattutto può servire per avvicinare i più pigri all'attività fisica, accostare alle sane abitudini di vita, tenere a distanza trombosi e altre patologie. L'occasione è fornita da «Pedala con il cuore», domani (alle 16) in piazza Duomo a Milano, una pas-

seggiata in bicicletta organizzata dall'Alt, l'associazione per la lotta alla trombosi e alle malattie cardiovascolari.

Con BikeMi In collaborazione con BikeMi, il serpente di ciclisti attraverserà liberamente le strade del centro di Milano per promuovere l'attività sportiva come viatico per una buona salute, ma anche per dire «no» alle auto e «sì» alle biciclette, mezzo sostenibile, eco-

logico ed economico per raggiungere ogni giorno la scuola, l'università, così come ogni altro luogo di lavoro o di svago. La partecipazione alla passeggiata sarà libera, gratuita. «Siamo tutti chiamati a combattere questa battaglia contro le malattie da trombosi, come infarti e ictus. E dobbiamo fare la nostra parte», spiega la presidente di Alt, Lidia Rota Vender. «Sin da ragazzi è necessario abbandonare le cattive abitudini. In una persona in sovrappeso, il rischio di andare incontro a problemi cardiovascolari si raddoppia. E si

quintuplica il pericolo di sviluppare il diabete», sottolinea ancora Rota Vender.

Il programma Mercoledì 17 la Alt organizza la seconda Giornata nazionale per la lotta alla trombosi, le cui iniziative saranno anticipate lunedì 15 (alle ore 11), in collaborazione con la *Gazzetta dello Sport*, nella Sala Montanelli di via Solferino, a Milano. A scendere in campo insieme alla Alt, anche quest'anno, ci sarà una speciale Squadra della Salute, guidata da Dan Peterson.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Bambini pronti alla bicicletтата in piazza Duomo FOTOGRAMMA

