



RACE FOR THE CURE

INSIEME PIÙ FORTI **2021**

DAL 7 AL 10 OTTOBRE

VILLAGGIO DELLA SALUTE DELLA DONNA

*Promosso da Komen Italia, in collaborazione con
la Fondazione Policlinico Universitario A. Gemelli IRCCS e
con la partecipazione di altre Associazioni e presidi ospedalieri.*

Percorsi di promozione della salute dedicati a donne appartenenti a categorie disagiate.

Consulti e prestazioni specialistiche, aperti a tutti, per la prevenzione dei tumori della pelle, del colon retto e delle patologie del fegato.*

Consulenze su nutrizione, disturbi della menopausa, medicina del lavoro e su come invecchiare in salute.*

Prevenzione visiva, a cura di Commissione difesa vista Onlus*

Sportello Salute Donna, a cura di Ordine della Professione Ostetrica di Roma e Provincia*

Sportello informativo ed operativo per l'accesso ai percorsi di screening oncologici e vaccini anti-Covid 19, a cura della Regione Lazio*

PROGRAMMA DELLE ATTIVITÀ

AREA SPORTIVA IN COLLABORAZIONE CON LE FEDERAZIONI DI PALLAVOLO, GOLF E CANOTTAGGIO

GIOVEDÌ 7 ottobre

- | | |
|----------------------|---|
| Inizio 9.30 | NEMO TRAINING
A cura di NEMO - Allenamento e Cancro APS con Alessia Mongiello |
| 10.00 - 12.10 | YOGA DELLA RISATA
A cura di Teacher Yoga della Risata Ambra Di Mascio |
| 14.40 - 15.40 | PILATES
A cura di Centro Armonia In |
| 14.40 - 16.50 | TAI CHI CHUAN
A cura di Centro Armonia In |
| 14.40 - 18.00 | TRATTAMENTI REIKI
A cura di Università Popolare Olistica APS Unipopoli |
| 15.50 - 18.00 | LETTURA TERAPEUTICA "DONNE DA RACCONTARE"
A cura di MO.I.CA Roma |

*Attività realizzate nel pieno rispetto delle vigenti normative di contrasto alla diffusione del Covid-19. Prenotazioni secondo disponibilità su www.komen.it



RACE FOR THE CURE

INSIEME PIÙ FORTI 2021

DAL 7 AL 10 OTTOBRE

VILLAGGIO DELLA SALUTE DELLA DONNA

*Promosso da Komen Italia, in collaborazione con
la Fondazione Policlinico Universitario A. Gemelli IRCCS e
con la partecipazione di altre Associazioni e presidi ospedalieri.*

Meet&greet con le Winx: le famose fatine incontreranno **domenica mattina**, presso lo stand Komen i piccoli sostenitori della Race e le loro mamme per svelare alcune magiche regole sui corretti stili di vita e distribuire sorprese.



VENERDÌ 8 ottobre

- | | |
|---------------|---|
| 10.00 - 11.00 | FELDENKRAIS
A cura di Centro Armonia In |
| 11.10 - 12.10 | SHIATSU
A cura di Ass. Culturale Millevie |
| 11.10 - 12.10 | TAI CHI CHUAN
A cura di Centro Armonia In |
| 12.20 - 14.30 | YOGA DELLA RISATA
A cura di Teacher Yoga della Risata
Ambra Di Mascio |
| 14.40 - 18.00 | CORSO DI WALKING
TRAINER KOMEN
"Progetto di educazione
al cammino - Kamminare verso
il benessere"
A cura di Fausto Certomà e
Claudia Maggiore |
| 14.40 - 15.40 | LABORATORIO DI
BELLEZZA ONCOLOGICA
A cura di OncoBeauty
con Valentina Liberatore |
| 15.50 - 18.00 | LABORATORIO DI
HEALTH COACHING La Biodanza
A cura di Ass. Italiana Health Coaching |
| 17.30 - 18.30 | QI GONG
A cura di Marisa Vocca Ass. NEIDAO |



RACE FOR THE CURE

INSIEME PIÙ FORTI 2021

DAL 7 AL 10 OTTOBRE

VILLAGGIO DELLA SALUTE DELLA DONNA

*Promosso da Komen Italia, in collaborazione con
la Fondazione Policlinico Universitario A. Gemelli IRCCS e
con la partecipazione di altre Associazioni e presidi ospedalieri.*

SABATO 9 ottobre

- 10.00 - 11.00** YOGA
A cura di RYOGA
- 10.00 - 11.00** 1° WALKING KOMEN
Camminata per il BenEssere
A cura di Fausto Certomà e
Claudia Maggiore
- 10.00 - 11.00** QI GONG
A cura di Marisa Vocca Ass. NEIDAO
- 11.10 - 12.10** SHIATSU
A cura di Ass. Culturale Millevie
- 11.10 - 12.10** SuONODONNA
Musicoterapia per volersi bene
A cura di Silvia Riccio
Ass. MusicaMente APS
- 11.10 - 13.20** SUPERJUMP
A cura di Jill Cooper con
la squadra di Super Jump
- 12.20 - 13.20** GINNASTICA DOLCE
A cura di Centro Armonia In
- 12.20 - 14.30** RIFLESSOLOGIA PLANTARE
A cura di Paola Del Vesco
- 13.30 - 14.30** PILATES
A cura di Centro Armonia In

- 14.00 - 17.00** GROUP CYCLING
A cura di HQ
- 14.40 - 15.40** YOGA DELLA RISATA
A cura di Teacher Yoga della Risata
Ambra Di Mascio
- 14.40 - 15.40** DANZA DEL VENTRE
A cura di Roberta Parolisi
- 15.50 - 16.50** SHIATSU
A cura di Ass. Culturale Millevie
- 15.50 - 18.00** MINDFULNESS
A cura di Ass. Nutrimenti
di Mindfulness
- 17.00 - 18.00** FELDENKRAIS
A cura di Centro Armonia In
- Inizio 17.30** PRESENTAZIONE LIBRO
"In viaggio con il tuo talento"
Di Antonio Fazzari





RACE FOR THE CURE

INSIEME PIÙ FORTI 2021

DAL 7 AL 10 OTTOBRE

VILLAGGIO DELLA SALUTE DELLA DONNA

*Promosso da Komen Italia, in collaborazione con
la Fondazione Policlinico Universitario A. Gemelli IRCCS e
con la partecipazione di altre Associazioni e presidi ospedalieri.*

Al Villaggio Race ci sarà anche il
beauty truck VeraLab
dell'Estetista Cinica, Cristina
Fogazzi, che incontrerà le
donne, diffondendo consigli sulla
bellezza e promuovendo i valori
della Race for the Cure.





RACE FOR THE CURE

INSIEME PIÙ FORTI 2021

SOTTO L'ALTO PATRONATO DEL PRESIDENTE DELLA REPUBBLICA

CON IL PATROCINIO E LA PARTECIPAZIONE DI



In collaborazione con



GRAZIE AI NOSTRI PARTNER PER IL SOSTEGNO



* Con il sostegno non condizionante