

ORGANIZZAZIONE
*ASD VANIGLIA



5 SETTEMBRE 2014
MANTOVA
GIARDINO ESTERNO DEL
CASTELLO DI SAN GIORGIO

5.30
MANTOVA SPECIAL EDITION 2014
Festivaletteratura

5.30 È UNO STILE DI VITA... DA PROVARE!



CON IL PATROCINIO
DEL COMUNE
DI MANTOVA

CAMMINATA/CORSA
NON COMPETITIVA
DI 5,3 KM ALLE 5.30 A.M.
...UN VENERDI

NUMERO CHIUSO
500 ISCRITTI

5.30 È UN PROGETTO MADE IN ITALY

RISTORO DI
**FRUTTA
FRESCA**
DI STAGIONE





ISCRIZIONI

DOVE ISCRIVERSI

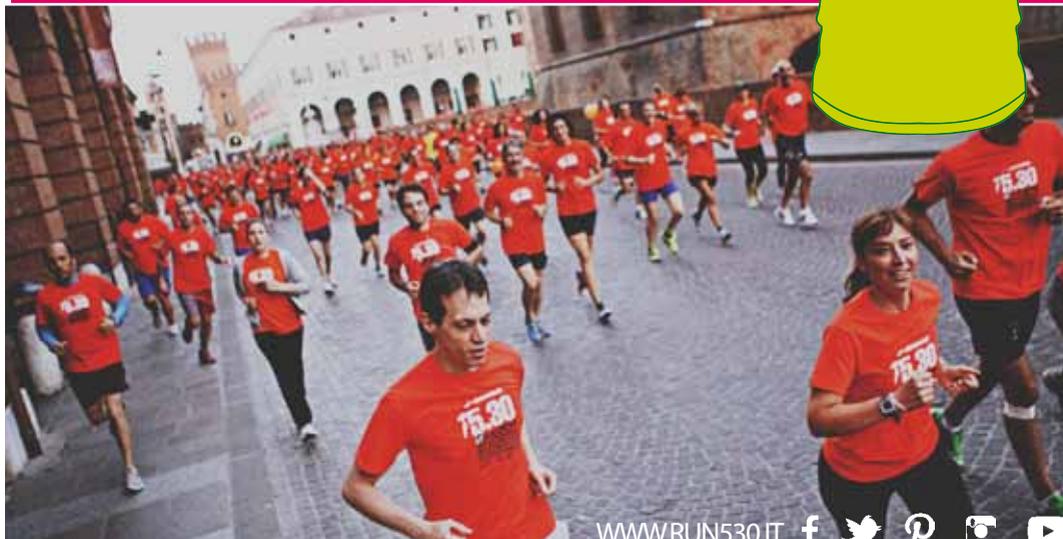
È possibile iscriversi attraverso il sito www.run530.it
oppure a Mantova presso: POLISPORT, Via Bonoris Gaetano 1

QUOTA D'ISCRIZIONE

BAMBINI (FINO A 13 ANNI) 8 euro
ADULTI (DA 14 ANNI IN POI) 10 euro

A COSA HO DIRITTO CON L'ISCRIZIONE

- t-shirt celebrativa 5.30
- ristoro di frutta fresca di stagione e bevande
- download gratuito delle immagini dell'evento
- download gratuito del Mag 5.30
- pacco gara virtuale con le offerte degli sponsor
- ... e la possibilità di vivere un'esperienza da ricordare! 😊



PERCORSO MANTOVA 5,3 KM



CONSEGNA DELLA T-SHIRT:

mercoledì 3 e giovedì 4 settembre dalle 10 alle 18
in Piazza Martiri di Belfiore, nel centro storico di Mantova



PERCHÉ ALLE 5.30

- per promuovere **l'attività fisica** quotidiana
- per scoprire la città in **un'atmosfera unica**;
- per respirare **l'aria pulita** e sentire i profumi dei fiori e delle piante;
- perché **la giornata** è sempre così piena di impegni;
- perché con un po' di movimento, **inizio meglio** la giornata;
- perché **non c'è traffico**;
- perché non rubo tempo alla **famiglia**;
- perché il percorso è breve e **alla portata di tutti**;
- perché il **fine settimana** non voglio rinunciare alla gita al mare o in montagna;
- perché... mangio la **frutta fresca di stagione**;
- perché... **basta poco** per essere felici!

UN'ESPERIENZA DA RICORDARE

