

MANTOVA  
PIAZZA SORDELLO  
11 SETTEMBRE 2015

**Kinder**  
a colazione



DON'T DREAM IT. BE IT!

CAMMINATA/CORSA  
NON COMPETITIVA  
DI 5/6 KM ALLE 5.30 A.M.  
...UN VENERDI



CON IL PATROCINIO  
DEL COMUNE  
DI MANTOVA



Con il Patrocinio di



MILANO 2015

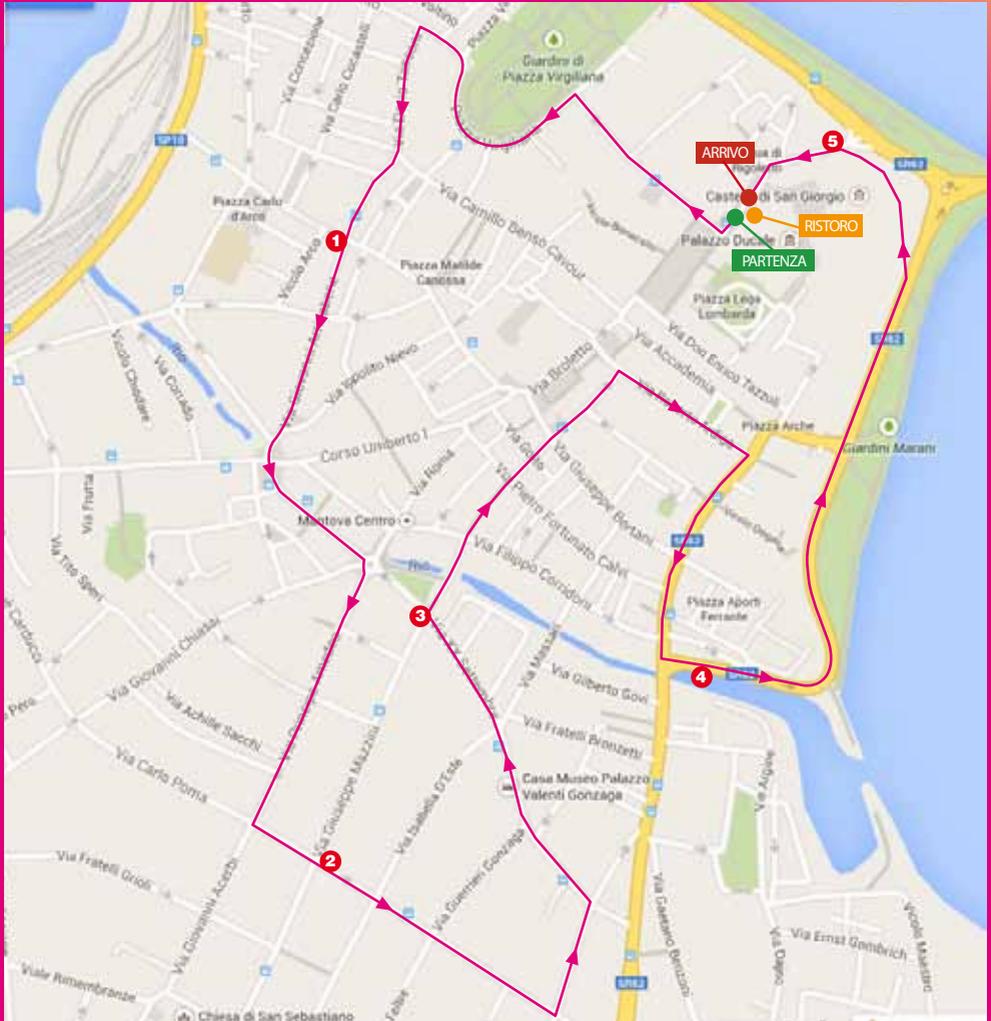
NUTRIRE IL PIANETA  
ENERGIA PER LA VITA

INFO E ISCRIZIONI  
[WWW.RUN530.IT](http://WWW.RUN530.IT)

**TOUR  
2015**  
8 MAGGIO  
**VERONA**  
15 MAGGIO  
**PALERMO**  
22 MAGGIO  
**MILANO**  
29 MAGGIO  
**TORINO**  
5 GIUGNO  
**MODENA**  
12 GIUGNO  
**BOLOGNA**  
19 GIUGNO  
**FERRARA**  
26 GIUGNO  
**BARI**  
3 LUGLIO  
**NOTTINGHAM**  
10 LUGLIO  
**VENEZIA**  
17 LUGLIO  
**RIVA D. GARDA**  
31 LUGLIO  
**ROMA**  
28 AGOSTO  
**REGGIO E.**  
11 SETTEMBRE  
**MANTOVA**



## PERCORSO MANTOVA 5,1 KM



**CONSEGNA DELLA T-SHIRT:** mercoledì 9 e giovedì 10 settembre dalle 10 alle 18 in Piazza Martiri di Belfiore

# 5.30

## ISCRIZIONI

5.30 è un evento a numero chiuso.

**Iscriviti subito** per prenotare il tuo posto e risparmiare

**BAMBINI**  
FINO A 13 ANNI

**8**  
euro

**ADULTI**  
DAI 14 ANNI IN POI

**10**  
euro

nei 2 giorni  
prima dell'evento  
**15**  
euro

DATA DELL'EVENTO



### COME FARE A ISCRIVERSI?

Dal sito [www.run530.it](http://www.run530.it)  
oppure a Mantova presso  
Polisport



### COSA RICEVO CON L'ISCRIZIONE?

- t-shirt celebrativa 5.30
  - adesivo 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
  - assistenza medica
- ... e la possibilità di vivere un'esperienza da ricordare!** 😊



REALIZZATA  
IN LEGA DI  
FERRO A BASSA  
RESISTENZA  
COLORE NERO  
ANTRACITE



### VUOI LA SPLENDIDA MEDAGLIA 5.30?

Puoi aggiungerla  
(5 euro) durante la  
procedura d'iscrizione

[WWW.RUN530.IT](http://WWW.RUN530.IT)



5.30

# PERCHÉ ALLE 5.30?

- per promuovere l'attività fisica quotidiana
- per scoprire la città in un'atmosfera unica;
- per respirare l'aria pulita;
- 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 mangio la frutta fresca di stagione;
- perché... basta poco per essere felici!

