



ATTIVITÀ SPORTIVE

1. ARRAMPICATA
2. MTB
3. BOCCE
4. TENNIS / PICKLEBALL
5. CALCIO
6. GINNASTICA RITMICA
7. PATTINAGGIO A ROTELLE E SKATEBOARD / CURLING
8. FRECETTE
9. QWAN KI DO
10. PALLAVOLO
11. BASKET E MINIBASKET
12. ATLETICA

ATTIVITÀ CORRELATE

- ORIENTEERING**
- ZUMBA, FANTASY DANCE E SPINNING** sul palco
- BF DANCE** al numero 6
- LABORATORI PSICOLOGICI**

CAMPIONI SI DIVENTA CORPO E MENTE NEL PERCORSO PER MILANO CORTINA 2026



Moderano
dott.ssa **Ilaria Pradel**, psicologa sportiva presso lo studio di psicologia del dott. Michele Facci, e dott. **Simone Bettega**, preparatore atletico e PhD, fondatori del podcast "Somamentis-Oltre la performance"

OSPITI

dott. **Alessandro Merler**, Biologo nutrizionista presso lo studio di Psicologia del dott. Michele Facci

4 atleti olimpici si raccontano OLIMPIADI MILANO CORTINA 2026



Serena Pergher
Velocità
4° posto 500m



Francesco Betti
Velocità
Qualificato 1000 m



Chiara Betti
Short Track
Oro e argento a squadre



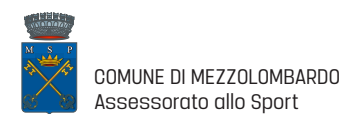
Thomas Nadalini
Short Track
Oro e bronzo a squadre

CENTRO STORICO
MEZZOLOMBARDO



FESTIVAL 2026 DELLO SPORT

Tutti in campo!



29

MAGGIO

VENERDÌ

Ore 14.00**Ore 16.00****Ore 19.00****MTB****Piazza Vittoria**

Un'esplosione di adrenalina e stile dove rider esperti sfidano la gravità con acrobazie mozzafiato a diversi metri da terra.

Dalle ore 15.00 alle 17.00**TUTTI IN CAMPO!**

Una sfida a coppie: due sfidanti, un solo percorso adatto a tutti.

Ore 17.00**SPINNING****Palco del Festival
Corso Mazzini**

Viaggio ad alta intensità su una bike stazionaria, guidato dal ritmo della musica e dall'energia di un istruttore.

LABORATORI PSICOLOGICI

Un'esperienza pratica di psicologia dello sport dove mettere alla prova attenzione, emozioni, concentrazione e cooperazione. A cura del dott. Simone Godino

Ore 18.00**ORIENTEERING
FESTA DELLE FAMIGLIE****Ritrovo Piazza delle Erbe**

Mappa in mano, aguzza la vista e trova il percorso più veloce per raggiungere il traguardo, percorso sia per atleti che per famiglie.



Iscrizione gara orienteering

Ore 18.00**LEZIONI DI AUTODIFESA
A CURA DI LY KIEN****Corso Mazzini**

Un sistema efficace che unisce tecnica, disciplina e consapevolezza per proteggere te stesso in ogni situazione.

Ore 20.00**BF DANCE****Piazzetta Bistrot Al Corso**

Esibizione di danze latine degli atleti agonisti. Movimento, passione, energia e tanta musica, per coinvolgere e divertire tutto il pubblico.

Ore 20.00**DAE****Municipio Corso del Popolo**

Dimostrazione pratica di utilizzo del defibrillatore in totale sicurezza - Simulazione realistica con istruttori qualificati.

30

MAGGIO

SABATO

Ore 10.00**SFILATA E
PREMIAZIONE CON
L'ACCOMPAGNAMENTO
DEI BRASSATO DRUM
STREET ARTIST****Partenza Parco dalla Brida****Ore 14.00****BASKET****Piazza Cassa di Risparmio**

Lezione di basket freestyle. Qui il pallone non deve solo entrare nel canestro, ma diventa un'estensione del corpo attraverso il ritmo e la coordinazione.

Dalle ore 15.00 alle 17.00**TUTTI IN CAMPO!**

Una sfida a coppie: due sfidanti, un solo percorso adatto a tutti.

Ore 15.00**Ore 20.00****MTB****Piazza Vittoria**

Un'esplosione di adrenalina e stile dove rider esperti sfidano la gravità con acrobazie mozzafiato a diversi metri da terra.

TALK

**CAMPIONI
SI DIVENTA****Palco del Festival
Corso Mazzini****Ore 16.30**

Corpo e mente nel percorso per Milano Cortina 2026. Quattro atleti olimpici si raccontano

Ore 17.00**TORNEO CALCIO A 5****Piazza delle Erbe**

Organizzato da Campo Vecchio

Ore 17.00**LEZIONI DI AUTODIFESA
A CURA DI LY KIEN****Corso Mazzini**

Un sistema efficace che unisce tecnica, disciplina e consapevolezza per proteggere te stesso in ogni situazione.

Ore 18.00**BASKET ESIBIZIONE****Piazza Cassa di Risparmio****Ore 18.00****CHAMPIONS LEAGUE
FINALE**

TV in Piazza delle Erbe

Ore 18.00**ESIBIZIONE DI LY KIEN****Corso Mazzini****Ore 19.00****ASD FANTASY DANCE****Palco del Festival
Corso Mazzini**

Esibizione di balli di gruppo coreografici, social dance, musiche e balli moderni, adatti a tutte le età.

Ore 20.00**ZUMBA****Palco del Festival
Corso Mazzini**

Mix perfetto tra fitness e divertimento

Ore 20.00**GINNASTICA DI MEZZO****Piazzetta Bistrot Al Corso**

Esibizione atlete agoniste

**TUTTI IN CAMPO!**

Scegli il tuo avversario tra mamma, papà, parenti o amici, ritira la tessera al punto ristoro e scendi in campo: completa 5 sfide per un premio o arriva a 10 per un bottino ancora più grande!

DOMENICA

**Ore 7.30****FAUSIORUN****Piazza Erbe**

Gara non competitiva di 7.3 Km, 1.100 D+



MENU

PUNTO RISTORO

Pasta al pesto/pomodoro

Pasta aglio,
olio e peperoncino

Panino
pasta di lucanica/würstel

Tagliere con formaggi
e affettati misti

Patatine fritte

Gelato

Birra

Spritz

Coca Cola

Lemonsoda

Tè

Acqua

