

Domenica **14 settembre 2025**

**PARCO DI MONZA
CASCINA SAN FEDELE**

CAMMINATA DEL CUORE NELLE MERAVIGLIE DEL PARCO

**A COMPLETAMENTO DELLA CARDIOLOGIA PEDIATRICA
DELL'OSPEDALE SAN GERARDO**

ore 8.00/13.00

**SCREENING FATTORI DI RISCHIO
CARDIOVASCOLARE** (con offerta libera)

ore 8.30/10.00

Risveglio muscolare con lo ShowMan Sebox Dance

Consegna maglia e pacco gara

**Pacco gara in omaggio
solo per iscritti entro il 12/09**

**PARTENZA
ore 10.00
7KM**

**dalle 10.45
RISOTTATA con Mago Lele
per i partecipanti**

ISCRIVITI SU



www.endu.net

OPPURE SU



brianzaperilcuore.net

PROGRAMMA EVENTO

08.00/13.00

PERCORSO SCREENING DEI FATTORI DI RISCHIO CARDIOVASCOLARE:

misurazione colesterolo, glicemia, pressione, controllo peso, altezza e circonferenza per calcolo BMI, elettrocardiogramma e screening carotideo a campione, consulto finale con cardiologi e cardiocirurghi

TUTTO ESEGUITO ALL'INTERNO DELLA CASCINA

08.30/10.00

RISVEGLIO MUSCOLARE: con lo Showman Sebox della Scuola Arte e Spettacolo Lesmo per prepararsi alla camminata

CONSEGNA PACCO GARA*: maglietta di Brianza per il Cuore per la camminata, bandana, buono risottata e altri gadgets a sorpresa **solo per iscritti entro il 12/09/2025*

Per l'occasione, la squadra di fisioterapisti SYNLAB CAM sarà a disposizione dei podisti iscritti per offrire gratuitamente informazioni, test e valutazioni sportive

10.00

PARTENZA CAMMINATA: percorso itinerante di 7 km con accompagnatore a passo veloce e accompagnatore a passo lento e con tappe prestabilite nei punti più caratteristici del Parco di Monza

DALLE 10.45

RISOTTATA GRATUITA del bravissimo Mago Lele per tutti gli iscritti alla camminata. Gli accompagnatori potranno partecipare alla risottata con una donazione libera a partire da € 6



**TUTTO
IL GIORNO**

Per tutta la durata della manifestazione ci saranno dimostrazioni di **RIANIMAZIONE CARDIOPOLMONARE** e utilizzo del defibrillatore e dimostrazioni di **DISOSTRUZIONE PEDIATRICA** con i nostri istruttori di BLSD.

VIENI A FARE UNA PROVA CON NOI!