SaronnoNews

Una camminata nel Parco di Monza per sostenere la neonatologia dell'ospedale San Gerardo

Mariangela Gerletti · Wednesday, September 9th, 2026

Domenica 13 settembre al Parco di Monza è in programma la nuova edizione della "**Camminata del Cuore nelle meraviglie del Parco**", iniziativa promossa da **Brianza per il Cuore**.

Una camminata tra le meraviglie del Parco

Il ritrovo sarà a Cascina San Fedele, da dove alle 10 partirà la camminata di **7 chilometri** attraverso alcuni degli angoli più caratteristici del Parco di Monza.

I partecipanti potranno scegliere il ritmo più adatto alle proprie esigenze: saranno infatti organizzati due gruppi, uno a passo veloce e uno a passo lento, entrambi accompagnati da guide dedicate.

L'obiettivo non è soltanto trascorrere una mattinata all'aria aperta, ma promuovere concretamente l'importanza dell'attività fisica e dei corretti stili di vita nella prevenzione delle malattie cardiovascolari.

Screening gratuiti per la prevenzione

La giornata prenderà il via già alle 8, quando a Cascina San Fedele sarà attivato il **percorso gratuito di screening dei fattori di rischio cardiovascolare**, disponibile fino alle 13. Il programma prevede la misurazione di colesterolo, glicemia e pressione arteriosa, oltre al controllo di peso, altezza e circonferenza per il calcolo del BMI.

Saranno inoltre effettuati **elettrocardiogrammi e screening carotideo a campione**, concludendo il percorso con un consulto con cardiologi e cardiochirurghi.

Prima della partenza il risveglio muscolare

Dalle 8.30 alle 10 è previsto anche il risveglio muscolare, pensato per preparare i partecipanti alla camminata. A guidarlo sarà lo showman Sebax, della Scuola Arte e Spettacolo di Lesmo, che accompagnerà il pubblico negli esercizi prima della partenza.

Nella stessa fascia oraria è prevista la consegna del **pacco gara, omaggio riservato agli iscritti entro l'11 settembre**. All'interno ci saranno la maglietta ufficiale di Brianza per il Cuore, il buono per partecipare all'estrazione dei premi, un buono sconto Sport Specialist e il buono per la risottata

finale.

L’attenzione alla salute si estenderà anche a chi pratica sport a ogni livello. Durante l’evento sarà infatti presente **il team di SYNLAB CAM Sport**, che presenterà i servizi della nuova sport clinic dedicati alla prevenzione, alla valutazione delle performance e al benessere degli atleti agonisti e amatoriali.

Un ulteriore spazio dedicato alla prevenzione e alla consapevolezza del proprio stato fisico, in una giornata che mette al centro il rapporto tra movimento, salute e qualità della vita.

La solidarietà per la Neonatologia del San Gerardo

La camminata avrà anche un’importante finalità solidale. Il sostegno raccolto attraverso l’iniziativa contribuirà infatti ai progetti di Brianza per il Cuore, tra cui la **donazione di un sistema ecografico destinato alla Neonatologia dell’Ospedale San Gerardo di Monza.**

Dopo la camminata, spazio alla convivialità con la tradizionale **risottata gratuita,** in programma dalle 10.45.

Il momento conviviale è riservato agli iscritti alla camminata. Gli accompagnatori potranno partecipare attraverso una donazione libera a partire da 8 euro, contribuendo così anch’essi al sostegno delle attività dell’associazione.

Le iscrizioni alla “Camminata del Cuore nelle meraviglie del Parco” sono aperte attraverso la **piattaforma Endu.**

This entry was posted on Wednesday, September 9th, 2026 at 5:17 am and is filed under Brianza, Sport, Tempo Libero
You can follow any responses to this entry through the Comments (RSS) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.