



Anche Elena Casiraghi alla 2<sup>a</sup> Donne in corsa di Affari&Sport

## Descrizione

## Donne in corsa

*Countdown iniziato per la 2<sup>a</sup> Donne in corsa di Affari&Sport Appuntamento sabato 12 novembre alle ore 10.00 Ospite speciale Elena Casiraghi, Specialista in Nutrizione la triatleta, Titolare di SportEat e atleta*

### (VILLASANTA, MB)

È iniziato il conto alla rovescia alla 2<sup>a</sup> Donne in corsa di Affari&Sport, evento organizzato in collaborazione con il **Gruppo Podistico Villasantese** e con il **patrocinio del Comune di Villasanta**, in programma **sabato 12 novembre alle ore 10** quando centinaia di runner correranno o cammineranno per 4 o 9 km nel Parco di Monza.

Questa occasione si rinnova, dopo la prima edizione dello scorso anno, per affrontare la tematica della prevenzione delle patologie oncologiche femminili.

Saranno infatti presenti le **Pink Ambassador di Monza e Brianza** della **Fondazione Umberto Veronesi** guidate dal motto *«Niente ferma il rosa, niente ferma le donne»* proprio per sensibilizzare sul tema della prevenzione quanti saranno presenti.

### ELENA CASIRAGHI

Presente all'appuntamento anche **Elena Casiraghi**, Specialista in Nutrizione Sportiva, titolare del blog SportEat, mamma, atleta multidisciplinare, collaboratrice dell'azienda Enervit, ospite fissa della trasmissione DeeJay Training Center, autrice di due libri e co-autrice di due libri.

Con un breve intervento, Elena sottolineerà l'importanza di **supportare le donne** a conoscere e potenziare i loro naturali talenti e **abbattere** quelli che fino ad oggi sono stati purtroppo temi **tabù**.

Sarà l'occasione per capire insieme come le donne, attraverso la corsa e l'alimentazione, possano migliorare il proprio stato di benessere in ogni fase della vita.

---

Particolare attenzione verrà data ai **cambiamenti ormonali**, dal periodo fertile a quello della premenopausa e menopausa, che implicano una risposta a livello di alimentazione quotidiana e di stimolo allenante evidenziando l'importanza di **mangiare sano ed essere attivi** ma **con metodo** e seguendo delle linee guida.

«Sono felice di aver costruito questo evento» **Michele Cecotti**, titolare dei negozi Affari&Sport «È una giornata speciale, emozionante, carica di significati, come quello della prevenzione, e di valori umani e sociali e che sia lo sport a mettere insieme tutto questo» per me motivo di grande soddisfazione», ha aggiunto. «Spero di poter condividere queste mie emozioni con tantissimi runner e che questo evento possa diventare una tradizione per il mio negozio, io ce la metterò tutta, nel nome e per rispetto delle donne», ha concluso Michele.

L'appuntamento per sabato 12 novembre alle 10.00 presso Affari&Sport Villasanta in compagnia del **Racing Team Affari&Sport**, la triatleta **Cristina Nuti**, prima donna al mondo con Sclerosi Multipla a tagliare il traguardo di un IronMan, la **Pink Ambassador di Monza e Brianza** della **Fondazione Umberto Veronesi** e Elena Casiraghi.

## PARTECIPAZIONE

Per partecipare basta prenotarsi a [prenotazionivillasanta@affariesport.com](mailto:prenotazionivillasanta@affariesport.com) e unirsi al gruppo presso la sede Affari&Sport Villasanta sabato 12 novembre dalle ore 10.

Per tutti i prenotati previsto **in omaggio un buff** in ricordo dell'evento.