



Ministero
dell'Università
e della Ricerca



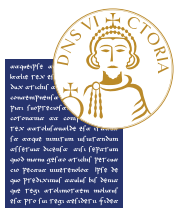
PRO-BEN

PRiMA

dalla **Prevenzione** alla **Riduzione**
dell'**IMpairment** **Adattivo**

PROGETTO PRO-BEN PRIMA DALLA PREVENZIONE ALLA RIDUZIONE DELL'IMPAIRMENT ADATTIVO

Spesa finanziata con il contributo del Ministero dell'Università e della ricerca ai sensi del D.D. n. 1396 del 18 SETTEMBRE 2024 - Bando PRO-BEN2 Codice Progetto Proben2024_0000013 CUP: F53C24002100001



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI
DEL SANNIO **Benevento**

START & STOP MISURATI E MIGLIORATI

21 aprile 2026 ore 09:00 - 13.00

23 giugno 2026 ore 09:00 - 13.00

RESPONSABILE EVENTO

Bruno Di Pietro

Istruttore Tecnico Federale Fitness - Personal Trainer

I due eventi START & STOP "Misurati e Migliorati", che si terranno durante i periodi di svolgimento dei laboratori dedicati alle attività sportive, mirano ad aumentare la consapevolezza e la conoscenza del proprio corpo; a fornire strumenti di valutazione della composizione corporea e, più in generale, a favorire la conoscenza dei parametri corporei; a monitorare i cambiamenti fisici nel tempo; a promuovere corretti stili di vita, sviluppando attenzione al benessere psicofisico.

Gli eventi sono aperti all'intera comunità studentesca.

PALAUNISANNIO

Via dei Mulini - Benevento

PER PARTECIPARE ISCRIVITI AL LINK

<https://forms.gle/5mLhTUcGfCFmZjKG9>

ENTRO IL 20 APRILE 2026 ORE 12:30

Per info: proben@unina.it

StaiChill.it

