

Roccella Fitwalking 2026, la Calabria protagonista della prevenzione: presentata in Senato la 14^a edizione

Data: Invalid Date | Autore: Redazione



Sport, salute e turismo sostenibile si incontrano in uno degli eventi più attesi dell'estate calabrese

La **Calabria** torna al centro dell'attenzione nazionale grazie al **Roccella Fitwalking**, la manifestazione dedicata al **cammino sportivo**, alla **prevenzione oncologica** e alla promozione di **corretti stili di vita**, che quest'anno celebra la sua **14^a edizione**. L'evento, in programma **dal 16 agosto**, è stato presentato ufficialmente presso il **Senato della Repubblica**, a conferma dell'importanza che l'iniziativa ha assunto nel panorama nazionale della promozione della salute.

Nel corso degli anni, il **Roccella Fitwalking** è diventato un punto di riferimento per migliaia di partecipanti provenienti da tutta Italia, unendo attività fisica, sensibilizzazione sanitaria e valorizzazione delle eccellenze paesaggistiche e culturali della Calabria.

Cos'è il Roccella Fitwalking e perché rappresenta un modello di prevenzione

Promossa dall'**ASD Calabria Fitwalking**, la manifestazione nasce con l'obiettivo di diffondere la

cultura della **prevenzione** attraverso il movimento. Il protagonista è il **fitwalking**, una disciplina che consiste in una particolare tecnica di camminata sportiva capace di rendere il passo più dinamico, efficace e intenso rispetto alla normale passeggiata.

Il **fitwalking** è oggi riconosciuto come una delle attività motorie più accessibili: può essere praticato da persone di ogni età e livello di preparazione fisica, contribuendo al miglioramento della salute cardiovascolare, al controllo del peso corporeo, alla riduzione dello stress e alla prevenzione di numerose patologie legate alla sedentarietà.

Sempre più studi scientifici confermano infatti come l'attività fisica regolare rappresenti uno degli strumenti più efficaci per ridurre il rischio di sviluppare malattie croniche e migliorare la qualità della vita.

Il programma della settimana tra camminate, cultura e solidarietà

L'edizione 2026 offrirà un ricco calendario di iniziative che andranno ben oltre la semplice attività sportiva.

Durante la settimana sono previste:

- **camminate sportive guidate;**
- **percorsi esperienziali** immersi nei paesaggi della Calabria;
- appuntamenti culturali e serali;
- iniziative dedicate alla promozione del **turismo sostenibile;**
- momenti di sensibilizzazione sui temi della salute e della prevenzione.

Tra gli appuntamenti più significativi figura la **Walk for the Cure**, in programma **domenica 16 agosto**, una camminata solidale il cui ricavato sarà destinato ai progetti di **Komen Italia** per sostenere la **prevenzione del tumore al seno**, la diagnosi precoce e il supporto alle donne colpite dalla malattia.

La presentazione in Senato conferma il valore nazionale dell'iniziativa

La presentazione dell'evento presso il **Senato della Repubblica** ha evidenziato il crescente riconoscimento istituzionale del progetto.

Nel corso dell'incontro, **Giusy Versace**, componente della **7ª Commissione Cultura e Istruzione Pubblica del Senato** e atleta paralimpica, ha sottolineato come l'ASD Calabria Fitwalking sia riuscita negli anni a trasformare una disciplina sportiva in un importante strumento di educazione civica e sanitaria.

Secondo Versace, contrastare la **sedentarietà** significa intervenire su uno dei principali fattori di rischio riconosciuti dalla comunità scientifica per numerose patologie croniche, rendendo il movimento un vero investimento per la salute pubblica.

Fausto Certomà: il fitwalking è uno sport davvero per tutti

Il presidente dell'**ASD Calabria Fitwalking**, **Fausto Certomà**, ha ribadito come il **fitwalking** rappresenti una disciplina semplice, inclusiva e aperta a tutti, capace negli anni di ottenere sempre maggiore attenzione anche da parte del mondo medico e scientifico.

La possibilità di praticarlo senza particolari attrezzature e con un basso impatto sulle articolazioni lo

rende uno strumento ideale per promuovere il benessere fisico in ogni fascia d'età.

Un modello nato in Calabria che ispira tutta Italia

A confermare il valore dell'esperienza calabrese è intervenuta anche **Maria Novella Luciani**, medico e vicepresidente dell'ASD Calabria Fitwalking.

Secondo Luciani, il progetto sviluppato in Calabria ha rappresentato negli anni un modello replicabile che ha favorito la nascita di numerose iniziative analoghe in diverse regioni italiane, dando vita a quella che ha definito una vera e propria "**epidemia positiva**", fondata sulla diffusione della cultura della prevenzione attraverso il movimento.

Sport, salute e territorio: una formula vincente per la Calabria

Il **Roccella Fitwalking** dimostra come lo sport possa diventare uno straordinario strumento di promozione della salute, inclusione sociale e valorizzazione del territorio.

L'evento non rappresenta soltanto una manifestazione sportiva, ma anche un'occasione per scoprire il patrimonio naturale, culturale ed enogastronomico della **Calabria**, promuovendo un modello di **turismo attivo e sostenibile** che ogni estate richiama migliaia di visitatori.

La quattordicesima edizione si prepara così a confermare il ruolo di Roccella Ionica come uno dei principali punti di riferimento italiani per chi crede che il benessere passi anche attraverso il movimento, la prevenzione e la condivisione.

Articolo scaricato da www.infooggi.it

<https://www.infooggi.it/articolo/roccella-fitwalking-2026-la-calabria-protagonista-della-prevenzione-presentata-in-senato-la-14-edizione/154287>