

Repubblica.it

24 SETTEMBRE 2016

Milano, una salita fino alle terrazze del Duomo per tenere in forma il cuore

Nella giornata mondiale del cuore, per la prevenzione di malattie cardiovascolari, l'Associazione "Per il Policlinico Onlus" di Milano ha invitato cittadini e turisti a salire (gratuitamente) a piedi i 251 scalini che portano alle terrazze del Duomo: "Controlliamo i parametri - ossigenazione e battito cardiaco - prima e dopo la salita e consigliamo i cittadini" spiega Claudia Uccellati, presidente della Onlus. "L'obiettivo è quello di associare l'abitudine all'esercizio con la cultura, come il Duomo. Certo, non si possono fare le scale del Duomo ogni giorno, ma quelle di casa sì", sorride il cardiologo Fabio Margini, che invita gli italiani a prendersi più cura di se stessi, in particolare le donne: "Il cuore degli stranieri è molto più allenato del nostro e soprattutto di quello delle donne, che paradossalmente passano più tempo in palestra ma non si dedicano al cuore"

di Giulia Costetti



Home Politica Mondo Cronaca Economia Sport Motori Spettacoli Tecnologia Natura Fun Salute
SPECIALI FB LIVE GOVERNO RENZI CRISI UE LAVORO IMMIGRATI TERRORISMO ISIS ELEZIONI USA 2016 LEHA ELI

Visto 173 volte

Home Edizione Milano Milano, una salita fino alle terrazze del Duomo per tenere in forma il cuore

video: <http://video.repubblica.it/edizione/milano/milano-una-salita-fino-alle-terrazze-del-duomo-per-tenere-in-forma-il-cuore/252987/253182>

Cuore e salite 2016 - Controllo medico e salita al duomo*

Sabato 24 settembre 2016, dalle ore 10.00 alle ore 16.00* (Duomo - fronte Rinascente)

Torna per il tredicesimo anno "Cuore e Salite", l'iniziativa promossa dall'**Associazione "Per il Policlinico" O.n.I.u.s.**, sotto la guida del **Presidente Claudia Buccellati**, con il supporto della **II Scuola di Specializzazione in Malattie dell'Apparato Cardiovascolare dell'Università degli Studi di Milano**.

Ancora una volta tutti su per i gradini (251!) del Duomo a misurare quanto siamo (o non siamo) in forma.

La salita al Duomo, unita alla partecipazione all'iniziativa, è **completamente gratuita** (fino ad esaurimento posti).



Milano, 22 set. (askanews) - Sabato 24 settembre, dalle ore 10 alle 16, si potranno salire gratuitamente i 251 gradini che portano sul tetto del Duomo per scoprire, con una misurazione del battito cardiaco prima e dopo l'ascesa, lo stato di salute del proprio cuore. L'iniziativa, giunta alla tredicesima edizione, si chiama "Cuore e Salite" ed è promossa dall'Associazione "Per il Policlinico" O.n.I.u.s. con il supporto della II Scuola di Specializzazione in Malattie dell'Apparato Cardiovascolare dell'Università degli Studi di Milano.

IL GIORNO Milano

Week-end 23, 24 e 25 settembre: eventi, concerti, mostre e sagre. Cosa fare in Lombardia

Torna per il tredicesimo anno “**Cuore e Salite**”, l’iniziativa promossa dall’Associazione “**Per il Policlinico**” O.n.l.u.s. con il supporto della II Scuola di Specializzazione in Malattie dell’Apparato Cardiovascolare dell’Università degli Studi di Milano. Ancora una volta tutti su per i gradini (251!) del Duomo a misurare quanto siamo (o non siamo) in forma. La salita al Duomo, unita alla partecipazione all’iniziativa, è completamente gratuita (fino ad esaurimento posti).

Appuntamento sabato 24 settembre dalle 10 alle 16, in duomo, di fronte alla Rinascente.
