2ª edizione

DAL 9 AL 17 MAGGIO
WELLNESS WEEK® 2015

MEDIA PARTNER
RADIO kiss kiss ITALIA · RADIO kiss kiss NAPOLI

CAMPANIA IN...FORMA
una settimana di: **SPORT · SALUTE · ALIMENTAZIONE**

campania CENTRO COMMERCIALE

PIAZZA CAMPANIA

SAB 9
WORKSHOP DI DANZA: "DAL CLASSICO AL CONTEMPORANEO"
Con: Pompea Santoro
ore 11.00 > 13.30

DANZA CLASSICA
Con: José Perez
ore 16.00 > 17.30
Con: Anbeta Toromani
ore 17.45 > 19.15
Con: Alessandro Macario
ore 19.30 > 21.00

REAL MARINES WORKOUT
Con: Donatella Carafa
ore 17.00 > 18.15
ore 18.45 > 20.15
PIANOTERRA Ingresso Sud

SPETTACOLO DI DANZA: "DONNE IN DANZA"
Compagnia di ballo di Pompea Santoro
ore 22.00
SHOW

DOM 10
EVOLUTION PUMP
Con: Guido de Luca
ore 12.00 > 13.00

SUPER JUMP®
Con: Jill Cooper
ore 17.00 > 18.00

FUNCTIONAL TRAINING
By: Gialmica
ore 17.00 > 20.00
PIANOTERRA Ingresso Sud

EVOLUTION PUMP
Con: Guido de Luca
ore 18.00 > 19.00

BOKWA FITNESS®
Con: Paul Mavi
ore 19.30 > 21.00

SPETTACOLO DI FREESTYLER SOCCER
con FREESTYLE ITALIA
ore 21.30
SHOW

LUN 11
STEP
Con: Salvatore Nocerino e Remy Huleux
ore 17.00 > 18.00

AEROBICA
Con: Salvatore Nocerino e Remy Huleux
ore 18.00 > 19.00

SUPER JUMP®
Con: Jill Cooper
ore 19.00 > 20.00

FOCUS T25®
Con: Gianni Ruocco
ore 20.00 > 21.00

TAIJIQUAN
Con: Sifu Salvatore Mezzone e Sifu Graziano Scarascia
ore 21.00 > 21.30

QI GONG
Con: Sifu Salvatore Mezzone e Sifu Graziano Scarascia
ore 21.30 > 22.00

Al termine della lezione dimostrazione di WING TJUN KUNG FU
SHOW

MAR 12
DANZA MODERNA
ore 17.00 > 18.15
Con: Maria Zaffino

ore 18.30 > 19.30
Con: Christian Pace

ore 19.45 > 21.15
Con: Fabrizio Mainini

MER 13
JUDO PER KIDS
Con: Gianni Maddaloni
ore 17.00 > 18.00

DIFESA PERSONALE
Con: Laura Maddaloni
ore 18.00 > 19.00

JUDO PER ADULTI
Con: Marco Maddaloni
ore 19.00 > 20.00

GIO 14
BOXE PER KIDS
Con: Clemente Russo
ore 17.00 > 18.00

PREPUGILISTICA
Con: Clemente Russo
ore 18.00 > 19.00

BOXE PER ADULTI
Con: Clemente Russo
ore 19.00 > 20.00

SPECIAL TRAINING
Con: Clemente Russo e Marco Maddaloni
ore 20.00>21.00

VEN 15
CORPOLOGY®
Con: Fabio Campece
ore 17.00 > 18.00

SCHERMA
By: Asd Club Scherma San Nicola
ore 18.30 > 19.00
ore 19.00 > 19.30

LAMBAEROBICA®
Con: Leandro Araujo
ore 20.00 > 21.00

SAB 16
FIT KOMBAT®
Con: Marianna Perruno e Sergio Gallotta
ore 11.00 > 12.00
ore 19.30 > 20.30

WALKZONE®
Con: Emilia Samblase Gerardo Russo e Luca Novati
ore 12.00 > 13.00
ore 16.00 > 17.00

AEROBICA
Con: Sasà Pagano
ore 17.00 > 18.00

CROSSFIT®
By: Crossfit Napoli
ore 17.00 > 20.00
PIANOTERRA Ingresso Sud

DANZA DEL VENTRE
Con: Annamaria Pagliaro
ore 18.00 > 19.15

ZUMBA FITNESS®
Con: Maria D'Ambrosio e Annarita Manfellotto
ore 20.30 > 21.30

DOM 17
SPINNING®
Con: Beppe Meglio e Team Campania
ore 11.00 > 12.00
ore 12.00 > 13.00
ore 17.00 > 18.00
ore 18.00 > 19.00
ore 19.00 > 20.00
ore 20.00 > 21.00

CROSSFIT®
By: Crossfit Napoli
ore 17.00 > 20.00
PIANOTERRA Ingresso Sud

STEFANO SCARPA (Guinness World Record) e POLE DANCE SHOW
con Chiara Migliaccio
Anna Lisa Esposito
Mela Belletto, Maria Laura di Gennaro
ore 21.30
SHOW

PIAZZA CENTRALE > PATTINAGGIO
INLINE Con: Kimon Fusco / ARTISTICO Con: Pina Chiummo

SAB 9
INLINE (avanzato)
ore 11.30 > 12.00
INLINE (base)
ore 12.30 > 13.00
ARTISTICO (base)
ore 17.30 > 18.00
ore 18.30 > 19.00
ore 19.30 > 20.00

DOM 10
ARTISTICO (base)
ore 11.30 > 12.00
ore 12.30 > 13.00
INLINE (avanzato)
ore 17.30 > 18.00
INLINE (intermedio)
ore 18.30 > 19.00
INLINE (base)
ore 19.30 > 20.00

LUN 11
ARTISTICO (base)
ore 17.30 > 18.00
ore 18.30 > 19.00
ore 19.30 > 20.00

MAR 12
INLINE (avanzato)
ore 17.30 > 18.00
INLINE (intermedio)
ore 18.30 > 19.00
INLINE (base)
ore 19.30 > 20.00

GIO 14
INLINE (avanzato)
ore 17.30 > 18.00
INLINE (intermedio)
ore 18.30 > 19.00
INLINE (base)
ore 19.30 > 20.00

VEN 15
ARTISTICO (base)
ore 17.30 > 18.00
ore 18.30 > 19.00
ore 19.30 > 20.00

SAB 16
ARTISTICO (base)
ore 11.30 > 12.00
ore 12.30 > 13.00
INLINE (avanzato)
ore 17.30 > 18.00
INLINE (intermedio)
ore 18.30 > 19.00
INLINE (base)
ore 19.30 > 20.00

DOM 17
INLINE (avanzato)
ore 11.30 > 12.00
INLINE (base)
ore 12.30 > 13.00
INLINE (avanzato)
ore 17.30 > 18.00
INLINE (intermedio)
ore 18.30 > 19.00
INLINE (base)
ore 19.30 > 20.00

PIAZZA CENTRALE
SAB e **DOM** 11.00 > 13.00 | 17.00 > 20.00
LUN-MAR-GIO-VEN 17.30 > 19.30

PATTINAGGIO
È uno sport completo che fa bene al fisico. Secondo il parere di esperti del settore medico-sportivo è considerato "sport riabilitativo". Nel pattinaggio a rotelle vengono messe in movimento armonico tutte le parti del corpo, perfino le mani! L'attività motoria è esaltata da movimenti eleganti, rapidi ma mai bruschi, potenti ma mai esagerati.

PATTINAGGIO INLINE
Kimon Fusco
Atleta, Tecnico e docente.
Il pattinaggio è una parte immancabile della sua vita. Tanti i titoli conquistati. 2 campionati italiani vinti. Nel 2013 raggiunge la quota di 100 medaglie d'oro conquistate dai suoi allievi durante i diversi campionati a carattere nazionale. Formatore regionale, coordinatore freestyle centro Italia, membro comitato tecnico freestyle Italia UISP. Allenatore unico presso le associazioni "Somma Skating School" e "Quelli del pattinaggio".

PATTINAGGIO ARTISTICO
Pina Chiummo
Si diploma all'ISEF nel 1990 con 110 e lode. Allenatrice federale, nel 1990 fonda la Skating Gima e nel 2010 fa rinascere l'Associazione Rotellare. Dal 1993 al 2001 è Presidente della Lega Regionale Pattinaggio Uisp Campania. Docente Formatrice nazionale e Responsabile del settore formazione allenatori della UISP da molti anni.

VISITE MEDICHE GRATUITE

Visite, screening e consulenze **GRATUITE**, previa **prenotazione obbligatoria** su **www.campania.com**

A tutti i partecipanti della Wellness Week verranno forniti opuscoli informativi e consigli dietetici

PRIMO PIANO | ingresso NORD
tutti i giorni 15.00 > 19.00

SCREENING E VISITE MEDICHE GRATUITE
Prosegue l'attività legata alla prevenzione, fondamentale al fine di preservare la nostra salute, con l'intensificazione di ambulatori che svolgeranno attività quotidiana di visita e screening gratuiti.

9 - 10 maggio > CARDIOLOGIA
11 - 12 maggio > SENOLOGIA
13 maggio > UROLOGIA
14 maggio > DERMATOLOGIA
15 maggio > GASTROENTEROLOGIA
16 - 17 maggio > ENDOCRINOLOGIA

In collaborazione con: GIALMICA

Con il Patrocinio morale dell'Ordine Provinciale dei Medici, Chirurghi e degli Odontoiatri - Caserta

PRIMO PIANO | ingresso NORD
SAB e **DOM** 10.00 > 13.00

NUTRITION POINT
Team di specialisti che si alterneranno quotidianamente per offrire consulenze gratuite e personalizzate.

L'attività è gestita dalla onlus "CAMPUS SALUTE"
In collaborazione con: CAMPUS SALUTE
Durata visita: 30 minuti circa.

PIANO TERRA | ingresso NORD
tutti i giorni 15.00 > 19.00

G-LAB VO2 MAX TEST
TELEMETRIA E TEST DA SFORZO CARDIOPOLMONARE
- Valutazione della forma cardiorespiratoria con Metabografo per la misura del massimo consumo di ossigeno (VO2 max).
Il test sarà effettuato con monitoraggio della frequenza cardiaca e del tracciato ECG in telemetria. Ottenere dei dati obiettivi sul livello di forma cardiorespiratoria o di fitness è fondamentale per prescrivere allenamenti personalizzati ed efficaci programmi di perdita di peso.
- Allenamento aerobico in TELEMETRIA w tek con l'utilizzo di bikes.

in collaborazione con: GIALMICA

KIDS

ATTIVITÀ dedicate a bambini e ragazzi
Per i bambini, tante occasioni di divertimento e informazione

PRIMO PIANO | ingresso SUD
SAB e **DOM** 12.00 > 13.00
18.00 > 19.00
dal **LUN** al **VEN** 18.00 > 19.00

BASKET POINT JUVECASERTA
Prova l'emozione del tiro a canestro, sfida gli amici, gioca con mamma e papà.

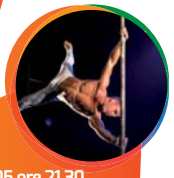
L'attività è gestita da JUVECASERTA

PRIMO PIANO | ingresso SUD
Zona Ascensori
SAB e **DOM** 10.00 > 13.00
16.00 > 19.00

ARRAMPICATA
Prova l'emozione di arrivare alla vetta.
L'attività è rivolta a ragazzi dai 6 ai 18 anni
L'arrampicata può essere definita come la salita di un ostacolo, sia esso una parete rocciosa, naturale espressione e terreno preferito su cui l'arrampicata si è sviluppata in tutte le sue forme, sia esso un sasso, un pannello artificiale o una qualsiasi struttura urbana.
Ha come scopo il puro divertimento o la competizione sportiva, anche lontano da ambienti montani, su vie dove le protezioni (come i chiodi) sono normalmente già presenti, ponendo enfasi sulle abilità ginniche. Tale attività può essere svolta in complessi indoor utilizzando delle pareti attrezzate con pannelli artificiali chiamate roccidromi. Vieni a divertirti provando il brivido di arrampicarti in tutta sicurezza.

SHOW

SABATO 9/05 ore 22.00
SPETTACOLO DI DANZA:
"DONNE IN DANZA"
Compagnia di ballo di **Pompea Santoro**
Va in scena la donna, presentata nelle sue molteplici sfaccettature: dalla eterea presenza evanescente della donna classica, rappresentata dalla figura di Odette del "Lago dei cigni" di Petipa, alla donna reale, secondo una visione contemporanea di Mats Ek. Nelle coreografie la figura femminile perde quasi completamente i caratteri di debolezza o di sottomissione per diventare una figura dominante che quasi fagocita quella maschile.



DOMENICA 10/05
ore 21.30
SPETTACOLO DI FREESTYLER SOCCER
by FREESTYLE ITALIA
Un mix di talento artistico e doti atletiche sono le caratteristiche distintive dei 3 top performers freestyler di calcio che si esibiranno in fantastiche evoluzioni.
"Freestyle Italia" è presente sulla scena del calcio freestyle dal 2007 e ha al suo attivo centinaia di eventi in tutta Italia e all'estero.
Attualmente impegnati nell'insegnamento della tecnica calcistica avanzata e del calcio freestyle ai giovani calciatori, hanno aperto la loro prima scuola calcio in Sicilia, a Enna.

DOMENICA 17/05 ore 21.30
STEFANO SCARPA (Guinness World Record) e POLE DANCE SHOW
con Chiara Migliaccio, Anna Lisa Esposito, Mela Belletto e Maria Laura di Gennaro

STEFANO SCARPA
Vincitore di "Italia's Got Talent" 2012, per tutti è "the flag man", l'uomo bandiera: grazie a lui la disciplina dell'acro pole è stata ufficialmente riconosciuta. Definirlo acrobata è riduttivo: quando è attaccato alla pertica sfida le leggi di gravità e volteggiando intorno al palo con la sola forza delle braccia trasforma il suo corpo in una leggera piuma. **Durante la serata Stefano tenterà di raggiungere un nuovo Guinness World Record.**

La **POLE DANCE** è un mix di ginnastica e danza con la pertica. È uno sport con tanto di federazione internazionale (IPSF) e italiana (FISAC) che regolano lo svolgimento dei campionati riconosciuti a livello internazionale nei vari Paesi.
Si basa sull'esecuzione di figure acrobatiche anche molto difficili, che richiedono notevoli doti di forza, scioltezza, coordinazione, agilità, flessibilità e resistenza.