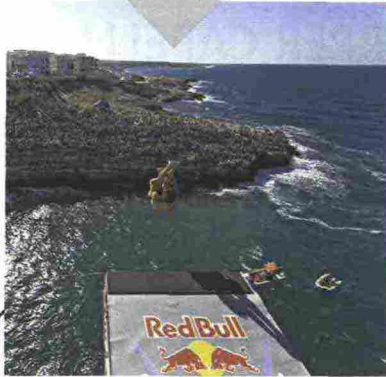


MEMO BENESSERE

13
settembre



TUFFI NEL BLU Appuntamento da brivido a Polignano a Mare (BA) dove il 13 settembre fa tappa *Red Bull Cliff Diving World Series*, la competizione di tuffi da grandi altezze. Atleti professionisti si lanceranno da una piattaforma alta ben 27 metri. Info su redbullcliffdiving.com

11
settembre



VIVA LO STRUDEL Per le amanti dello strudel l'appuntamento è l'11 settembre all'Alpe di Siusi (BZ) dove si festeggia lo squisito dolce trentino con assaggi e degustazioni ma anche con lezioni di cucina ed escursioni... per smaltirlo! Info su alpedisiusi.info

11-12
settembre

2 GIORNI DI FITNESS

Aspria Harbour Club di Milano apre i cancelli l'11 e il 12 settembre per due open day di svago e benessere. Lo scopo è presentare i nuovi corsi (come il Karaoke Zumba) e far divertire bambini e ragazzi con la scuola di tennis e i mini club. Le due giornate sono gratuite e aperte a tutti: basta registrarsi su aspria.com.

13
settembre



LA CORSA PER I MALATI DI DIABETE Misura Stevia e l'Associazione Diabetici di Bologna aspettano gente in gamba per *Run tune up*, la mezza maratona benefica che si corre nel capoluogo emiliano il 13 settembre. Prenota su runtuneup.it!

A TUTTO JAZZ Lo storico quartiere torinese di San Salvario si trasforma in una piccola New Orleans dal 10 al 13 settembre, con il *Torino Swing Festival*. 40 musicisti e 8 insegnanti-ballerini internazionali propongono esibizioni, gare e lezioni di danza (dal Charleston al Lindy hop) per tutti i livelli. Iscriviti su torinoswingfestival.com



UN POMERIGGIO CON IL TUO CANE

Dedica un po' di tempo al tuo migliore amico a quattro zampe: **Viridea** ti aspetta sabato 12 settembre per l'incontro (gratuito e tenuto da educatori cinofili) *I giochi di fiuto e di attivazione mentale*. L'appuntamento è alle 15 presso il Viridea Garden Center di Rodano (MI). Info su viridea.it

12
settembre



IL CONVEGNO SULL' ALZHEIMER

La Federazione Alzheimer Italia organizza il convegno *Ricordati di me* che si tiene il 16 settembre a Milano (Palazzo Marino, ore 9-13) per conoscere e affrontare meglio questa malattia. Conferma la tua presenza allo 02-809767 oppure scrivi a info@alzheimer.it

iStock

10-16
settembre

dal 14
settembre



16
settembre

di Camilla Ghirardato