

PERUGIA



**GIOVEDÌ 16 APRILE ore 9  
AULA MAGNA DEL LICEO ALESSI**



### **Dott. Francesco Coscia**

Specialista in Medicina Interna, Medicina dello Sport,  
Medicina di Montagna Università di Perugia



### **Dott. Paola Virginia Gigliotti**

Medico, Alpinista, Membro onorario per i programmi  
umanitari e sociali IFSC (International Federation Sport  
Climbing)

**Incontrano gli studenti del Liceo Alessi e  
discutono con loro su**

## **Sentiero: Cultura e Salute**

**Riscoprire il semplice movimento del camminare e il suo valore per  
la salute.**

**Abbinare attività fisica, conoscenza del proprio corpo e cultura  
storica del territorio.**

Il seminario è volto a spiegare ai ragazzi cosa succede al corpo umano  
quando cammina, quale è la giusta preparazione fisica e l'alimentazione  
per l'escursionismo, un'attività di grande valenza fisiologica e culturale,  
spesso sottovalutata.