



**UNIMORE**

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI  
MODENA E REGGIO EMILIA

**Unimore ed il suo Centro Sportivo Universitario supportano la campagna Sport#DistantiMaUniti e la campagna #Sportacasa: le attività ginniche, prima erogate in palestra, vengono erogate via web ai tesserati Cus e, gratuitamente, a tutta la comunità Unimore. La “didattica sportiva” dalla palestra entra a casa attraverso i canali social.**

**Unimore e Cus More supportano la campagna di comunicazione dell'Ufficio per lo Sport #DistantiMaUniti e la campagna #Sportacasa in questo particolare momento emergenziale che limita la possibilità di uscire per andare in palestra a fare sport.**

Cus More propone a distanza, **per tutti i tesserati CUS e, gratuitamente, a tutta la comunità Unimore**, le abituali attività erogate in palestra da istruttori e istruttrici. Si tratta di **attività da fare a casa e individualmente**, per tenersi in forma.

Una **“didattica sportiva” a distanza**, innovativa e particolare, attraverso **lezioni live** erogate sui canali social del Centro Sportivo Universitario – CUS di Unimore <https://www.facebook.com/cusmoreasd/> e [https://www.instagram.com/cus\\_mo.re/](https://www.instagram.com/cus_mo.re/) e video promozionali per l'approccio allo sport inteso come movimento e benessere.

*“Nella situazione d'emergenza in cui ci troviamo, - afferma la professoressa **Isabella Morlini**, Delegata alla Sport di Unimore - anche l'attività sportiva per il benessere fisico e psicologico può essere di aiuto. Come sottolineato da Sport e Salute, l'obiettivo è quello di fornire a tutti un momento di svago e sport e al tempo stesso ribadire l'importanza di fare movimento invitando gli utenti a salvaguardare la propria salute e la forma fisica rimanendo a casa”.*

Gli studenti e le studentesse, i dipendenti e tutta la comunità Unimore potranno usufruire di questa preziosa opportunità, nella consapevolezza che **lo sport è, anche tra le mura di casa, un'attività rilevante per la propria salute e per cercare di guardare al futuro con fiducia.**

Inoltre Unimore aderisce alla campagna **#Sportacasa** condividendo sul suo sito **www.sport.unimore.it** gli **allenamenti quotidiani** proposti da Sport e Salute e rende ancora più attivo il sito **Wellness Unimore** (<http://wellness.unimore.it/>) con proposte e iniziative per stili di vita sani, particolarmente utili in questo periodo.

Modena, 06 aprile 2020

L'Ufficio Stampa