

## PROGRAMMA NIGHT RUN MONZINO

**14:00 - 18:00**

Monzino  
"Conosci i numeri del tuo cuore?"



**14:00 - 19:00**

adidas The Running Lab



**14:30 - 19:00**

Lezione di Pickleball e Tiro con l'arco

**15:00 - 18:00**

Attività di Primo Soccorso e Monzino Sport

### ATTIVITÀ DAL PALCO

**14:00 - 15:00**

Intervento della biologa nutrizionista  
Federica Federici Signori per Yamamoto



**15:00 - 15:45**

Workshop di Yoga by Yome  
guidato da Martina Rando



**15:45 - 16:30**

Workshop di Functional Training guidato  
da Six Feet Under



**16:30 - 17:15**

Esibizione a cura di A.S.D. Ginnastica  
San Giorgio '79



**17:15 - 17:50**

Workshop di fitness guidato  
da Valentina Barbieri



**18:30 - 19:00**

MOMENTO MONZINO con Nicoletta Deponti (RTL 102.5):  
riscaldamento gara con Paolo Marcandelli, breaker ed ex  
paziente e saluto di Giulio Pompilio, Direttore Scientifico

**19:00**

Partenza corsa



**20:30**

Inizio ristoro finale

**20:30 - 21:00**

Esibizione di Paolo Marcandelli e balli di gruppo

**21:00 - 21:30**

Esibizione dal palco della scuola  
di danza Arte e Spettacolo



**21:30**

Dj set con RedBull

**23:00**

Termine manifestazione

