



INAUGURAZIONE

WELLNESS PARK LAB PULA

SPORT-RICERCA-INCLUSIONE

Campionato italiano di Calisthenics

SARDEGNA

15/17 MAGGIO 2026

IN COLLABORAZIONE CON:



**INAUGURAZIONE
16 MAGGIO
ORE 10:00**

INAUGURAZIONE SARDEGNA 16 MAGGIO 2026

**LOCATION:
SARDEGNA
RICERCHE
SABATO 16 MAGGIO
ORE 10:00**



È UN INIZIATIVA DI



**SARDIGNA CHIRCAS
SARDEGNA RICERCHE**

WELLNESS PARK LAB PULA Parco Tecnologico della Sardegna Gutturu Mannu – Pula

Il Parco Fitness Scientifico di Sardegna Ricerche nasce a Pula come un progetto unico nel territorio regionale: un luogo dove sport, scienza e inclusione sociale si incontrano per migliorare la qualità della vita delle persone.

Non è solo una palestra all'aperto.
È un laboratorio a cielo aperto, un centro di ricerca, una scuola di formazione e soprattutto uno spazio accessibile a tutti.

**Un progetto condiviso tra:
Sardegnaricerche - Eagle Group – Eagle Association**

La prova dei Campionati Italiani di Calisthenics si svolgerà presso il "Parco fitness scientifico-sportivo e tecnologico," che verrà inaugurato contestualmente alla manifestazione e che avvierà un percorso di iniziative scientifiche, formative e divulgative connesse allo sport e alla ricerca sportiva, con attività allineate al progetto strategico "Sport and wellness 4 research", avviato in collaborazione con Eagle Groups srls , Sport e Salute S.p.A e Sardegna Ricerche.

Il Parco è situato all'interno dell'area naturalistica di Gutturu Mannu, uno dei contesti ambientali più suggestivi della Sardegna meridionale.

La manifestazione avrà luogo nella piazza terrazza dell'Edificio 2 del campus di Piscinamanna, uno spazio architettonico moderno immerso nella macchia mediterranea e circondato dalle colline del Parco naturale. L'area è stata progettata per ospitare il nuovo Parco Fitness Scientifico-Sportivo, una palestra outdoor tecnologica dotata di attrezzature certificate per calisthenics, allenamento funzionale e attività sportiva multidisciplinare.

La struttura rappresenta un laboratorio a cielo aperto dedicato allo sport, alla ricerca e al benessere, nato per favorire la collaborazione tra università, centri di ricerca, federazioni sportive e professionisti delle scienze motorie.

SPORT E INCLUSIONE



PROVA CAMPIONATO ITALIANO
SARDEGNA
15/17 MAGGIO 2026



SARDEGNA
CAMPIONATI ITALIANI
15/16/17 MAGGIO 2026

DISCIPLINE:

- **FREESTYLE**
- **FORZA**
- **RESISTENZA**



Prova Campionato Italiano di Calisthenics
Pula Sardegna -15/17 Maggio 2026

La Sardegna è la sede ufficiale per la prova del Campionato Italiano di Calisthenics. L'importante evento a carattere nazionale è organizzato dalla Asd E-agle Association in collaborazione con Fenalc (Federazione Nazionale), con il patrocinio di Sport e Salute, Sardegna Ricerche, Comune di Pula, Regione Sardegna, UNICEF.

La prova si svolge in un'area dedicata collocata all'interno del Parco Tecnologico della Sardegna (un immenso spazio verde di circa 160 ettari immerso nel verde) di "Sardegna Ricerche". Il Parco si trova a Pula (Località Piscinamanna) all'interno della Città Metropolitana di Cagliari.

Una scelta non casuale che coniuga perfettamente l'aspetto sportivo, innovativo ed inclusivo del Calisthenics con quello che è lo studio, l'innovazione tecnologica ed il rispetto per l'ambiente promosso da Sardegna e Ricerche.

L'evento intende:

- Valorizzare la Sardegna come sede di eccellenza per lo sport outdoor e inclusivo.
- Promuovere il Calisthenics come disciplina sportiva in crescita tra i giovani.
- Creare un legame tra sport, formazione e territorio attraverso attività educative, turistiche e sociali.

Date e location:

15/16/17 Maggio 2026
Sardegna - Pula

Partecipanti

- Atleti delle categorie ufficiali del Campionato Italiano
- Uomini/Donne
- Età minima: 18 anni (minorenni se accompagnati da un genitore)
- Residenza: Italia

Struttura dell'evento

Selezioni per i campionati Nazionali
Prove ufficiali nelle discipline:

- **Skyls**
- **Power**
- **Endurance**

Le competizioni si svolgeranno su strutture certificate Parco Fitness Italia, conformi alla norma EN 16630:2015(E).

COME PARTECIPARE



333 7394690



EVENTI COLLATERALI

SARDEGNA

15 MAGGIO 2026

ORGANIZZA:



IN COLLABORAZIONE CON



SOTTO GLI AUSPICI DI



CORSO PER TECNICO OUTDOOR

Il corso mira a formare nel tempo, professionisti in grado di gestire attività sportive all'aperto in spazi pubblici e privati, con particolare focus sulla ginnastica outdoor. Al termine del percorso completo, i partecipanti potranno raggiungere 2 crediti formativi, necessari per conseguire in futuro la qualifica di Tecnico di I Livello secondo il Sistema Nazionale delle Qualifiche dei Tecnici Sportivi (SNaQ) e la successiva iscrizione al registro nazionale.

Durante questo corso riceveranno i primi 2 crediti formativi.

PROPOSTA FORMATIVA

1° Steep: Parco Fitness Trainer

Location: Pula Sardegna Ricerche - Parco Fitness Scientifico

Data: 15 Maggio 2026 dalle ore 15:00 alle ore 19:30

Durata complessiva: 5 ore

Modalità: In presenza nel Parco Fitness Academy Pula - Sardegna Ricerche

Requisiti di accesso: Maggiore età, licenza media, certificato medico sportivo non agonistico

Titolo rilasciato: Attestato 2 crediti formativi SNaQ con riconoscimento EQF (tramite ente accreditato)

OBIETTIVI FORMATIVI

- Nozioni di ginnastica a corpo libero in spazi outdoor attrezzati
- Garantire la sicurezza e la corretta esecuzione degli esercizi
- Promuovere l'attività fisica nei contesti pubblici e privati, inclusivi
- Valorizzare la ricerca, la crescita e l'innovazione nello sport

DOCENTI

- Chinesiologi e/o laureati in Scienze Motorie
- Tecnici certificati con esperienza nel settore outdoor
- Esperti in accessibilità e allenamento inclusivo

Direttore Parco Fitness Italia Academy:

Docente: Francesco Di Gennaro - Tecnico Chinesiologo

ISCRIZIONI



CON IL PATROCINIO DI:



**SARDIGNA CHIRCAS
SARDEGNA RICERCHE**



EVENTI COLLATERALI SARDEGNA 16 MAGGIO 2026

**RESIDENZIALE
BAIA DELLE PALME
15/16/17 MAGGIO**



CON IL PATROCINIO DI:



for every child



SESSIONE DIMOSTRATIVA DI YOGASTENIX

Sabato 16 maggio dalle ore 10:00 si terrà una dimostrazione di Yogastenix, in collaborazione con MoveON Training di Luca Amitrano.

La partecipazione è gratuita ed aperta al pubblico, sarà sufficiente prenotarsi attraverso la nostra segreteria

Yogastenix lavora sull'equilibrio, la postura, la mobilità e il tono muscolare, integrando respiro e movimento in modo consapevole e potente. Perfetta per chi **cerca un'attività che sia insieme energizzante e centrante.**

Il tuo centro. La tua forza.

Yogastenix ti aiuta a ritrovare il focus: rimanere concentrati sui propri obiettivi senza lasciarsi abbattere dagli ostacoli, migliorando la forza e liberando tensioni attraverso un lavoro profondo sul Core.

Il Core è il complesso di muscoli lombari e addominali indispensabili per sostenere la colonna vertebrale, controllare la postura ed evitare dolori e lesioni.

YOGA

A livello fisico, lo Yoga rende il corpo agile, forte e flessibile. Le Asana, posizioni tradizionali, lavorano su tutte le zone del corpo, rafforzando muscoli, tendini e legamenti e migliorando la respirazione consapevole.

CALISTHENICS

Adatta a tutti, uomini e donne di ogni età e forma fisica. Si calibra in base alle capacità individuali seguendo il principio della progressività: un aumento graduale dell'intensità per permettere al corpo di adattarsi in modo sicuro ed efficace.



EVENTI COLLATERALI

SARDEGNA

16 MAGGIO 2026

CAMMINATA
METABOLICA



*L'esercizio guidato che ti fa
rinascere*

*L'esperienza che trasforma
corpo e mente*

Camminata Metabolica® è una nuova disciplina sportiva non agonistica che porta a benefici fisici e mentali. È un metodo innovativo che unisce l'efficacia della marcia, la fluidità della danza, l'energia della boxe. Gli esercizi fondamentali sono una sintesi di tecniche riabilitative e di ginnastica estetica.

Con:

Alessandra Mura
Maurizio Cristalli

Trainer certificati Camminata
Metabolica®



SESSIONE DIMOSTRATIVA ASD Na2ra

Sabato 16 maggio dalle ore 10:00 si terrà una dimostrazione dell'ASD Na2ra, guidata da Alessandra Mura.

L'ASD Na2ra è una realtà sportiva multidisciplinare con sede a Cagliari, impegnata nella promozione del movimento, del benessere e dell'inclusione attraverso attività fisiche, educative e ambientali. Proponiamo, sia indoor che outdoor, ginnastica finalizzata alla salute e al fitness, attraverso attività come ginnastica per tutti, ginnastica posturale, camminata metabolica, yoga, respirazione, pilates e danza terapia, per un lavoro completo e mirato.

La nostra identità nasce da un approccio che unisce sport, educazione e territorio: sviluppiamo attività di forest bathing, educazione ambientale, orienteering e percorsi di benessere in natura, per rafforzare il legame con l'ambiente, sviluppare una consapevolezza corporea più profonda e migliorare la qualità della vita.

Il nostro impegno sociale è parte integrante della missione: realizziamo progetti dedicati a bambini, adolescenti, adulti e persone fragili, promuovendo movimento, prevenzione, inclusione e stili di vita sani. Crediamo in uno sport che sostiene, che accoglie, che crea comunità.

Il Team Na2ra ASD riunisce professionisti qualificati con competenze che spaziano dall'allenamento funzionale alla ginnastica posturale, dalla respirazione alla didattica del movimento, dalla progettazione educativa alla formazione, fino allo sport, life e business coaching.

La nostra missione è trasformare il benessere in un'esperienza reale e rendere il movimento uno strumento di salute, consapevolezza e crescita personale.

INFO: Mob.347 884 5996
info@na2ra.it
alessandramurayt@gmail.com

asdps
Na2RA



Comitato Provinciale Cagliari



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO
DAL CONI

RESIDENZIALE - PULA SARDEGNA

15/17 MAGGIO 2026

RESIDENZIALE BAIA DELLE PALME 15/16/17 MAGGIO



RESIDENZIALE - La Casa degli Atleti

Un felice incontro tra architettura e vegetazione lussureggiante. Immersi nella tranquillità del Residence Baia delle Palme, un rifugio esclusivo situato all'interno di un parco verdeggiante, circondato da una folta pineta. Gli appartamenti, disposti a semicerchio attorno a una splendida piscina, sono dotati di angolo cottura attrezzato, aria condizionata e bagno privato con doccia. Ogni unità è completata da un balcone o patio attrezzato, affacciato sul verde della pineta. Gli atleti possono approfittare di vari servizi comuni: una splendida piscina con vasta area solarium, l'area barbecue, ideale per momenti conviviali, un bar con area relax ed un parcheggio gratuito.

Il Residence si trova a soli 250 metri dalla sabbiosa Cala Brianza, a 3 km da Pula.

Per gli atleti sarà molto più di un alloggio:
sarà il cuore della vita del campionato.

Gli atleti troveranno:

- Alloggi confortevoli e moderni per recuperare al meglio tra una competizione e l'altra
- Ampi spazi verdi per relax e mobilità
- Piscine e aree relax
- Ristorazione dedicata agli sportivi
- Zone perfette per stretching e recupero muscolare

Baja delle palme è perfetto per la community del calisthenics perché offre:

- spazi aperti per allenamenti leggeri e mobilità
- aree outdoor per warm-up e recupero
- struttura immersa nella natura

Gli atleti potranno vivere un'esperienza completa: allenamento, competizione e condivisione.



ORGANIZZA:



CON IL PATROCINIO DI:



**SARDIGNA CHIRCAS
SARDEGNA RICERCHE**



REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

IN COLLABORAZIONE CON



CON IL PATROCINIO DI:



COMUNE DI PULA



I NOSTRI PARTNER

BESTRONG



SEA



TRAVEL



GORNATION



**OBIETTIVO
SALUTE**
ORTOPEDIA SANITARIA

CarBustec
Rent made easy



MEDIA PARTNER

radio **LatteMiele**

