

## Sport e natura, la sfida è al Parco della Lura

**Pubblicato:** Giovedì 13 Marzo 2014



Una giornata dedicata agli sportivi quella che si terrà domenica 13 aprile a Saronno. **Al Parco della Lura, dalle 10,30 si terrà il Roughtraining** ovvero un sistema di competizione a squadre che unisce capacità atletiche al contatto con la natura.

Volete saperne di più? Il roughtraining nasce come confronto sportivo fra atleti provenienti da qualsiasi disciplina. Non ci sono movimenti codificati o esecuzioni che richiedono tecniche specifiche nell'esecuzione. Il tutto si svolge in mezzo alla natura perchè è l'ambiente che detta le regole. Questo significa che le sfide si svolgono anche sotto la pioggia, il sole, le nuvole. Una giornata diversa dal solito dunque. La competizione avviene fra squadre composte da 6 elementi, il capitano svolge un ruolo fondamentale nell'organizzazione delle missioni perchè queste richiedono velocità, resistenza, forza, precisione ma soprattutto affiatamento (è questo che fa la differenza per vincere un Roughtraining Day). Per saperne di più e iscrizioni su [roughtraining.com](http://roughtraining.com).

Redazione VareseNews  
[redazione@varesenews.it](mailto:redazione@varesenews.it)