



RESPONSIBLE

NATURAL

5.30

5k non competitivi
alle 5.30 am
Mantova • Piazza Sordello
23 giugno

SMART

SIMPLE

SUSTAINABLE

Don't dream it. Be it!

con il patrocinio del



TRANSFERABLE

ETHICAL

tour 5.30
2017

12 mag
Verona
19 mag
Milano
26 mag
Torino
1 giu
Modena
9 giu
Bologna
16 giu
Ferrara
23 giu
Mantova
30 giu
Reggio Emilia
7 lug
Riva d. Garda
14 lug
Venezia

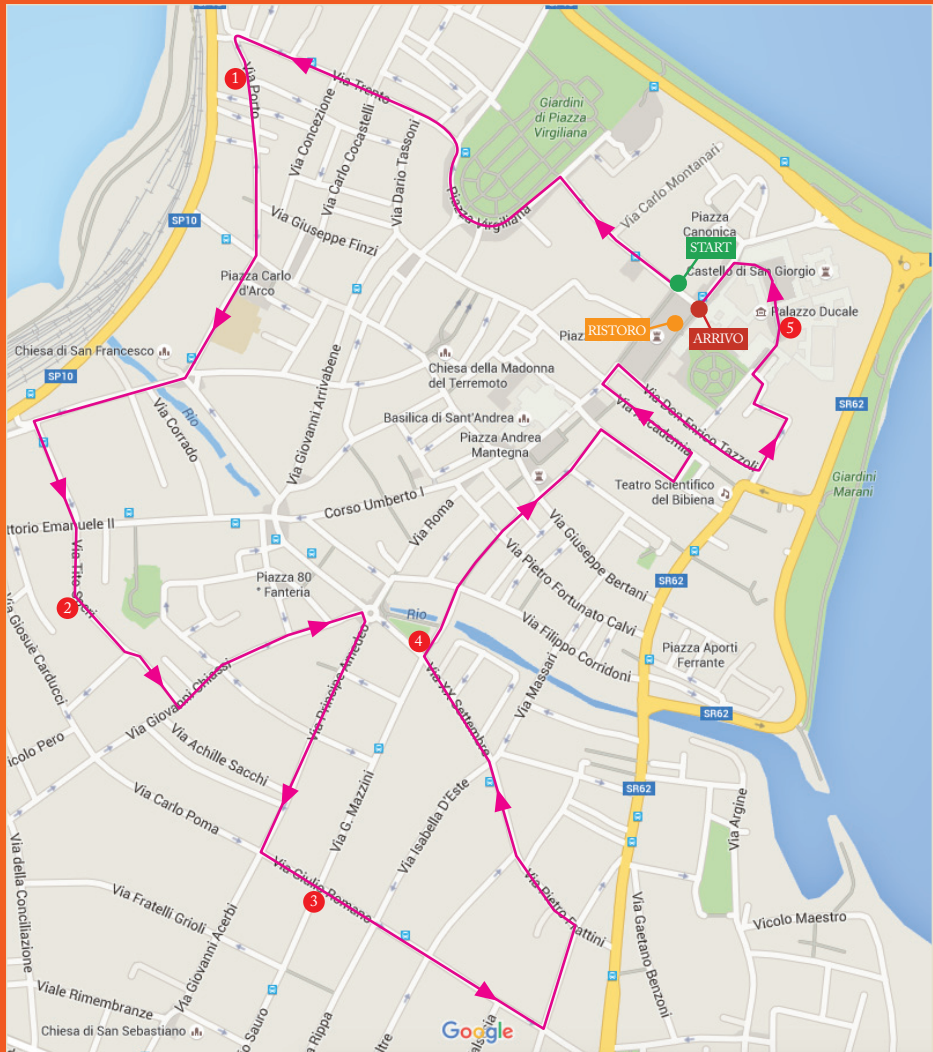
21 luglio
5.30 Virtual

www.run530.com



5.30: Italian lifestyle

Percorso Mantova 5,3 km



Consegna t-shirt: mercoledì 21 e giovedì 22 giugno dalle 10 alle 18 presso i Portici di Via Pescheria MN

Durante l'iscrizione on-line supporta, con noi, questi progetti:

- Need You Onlus www.needyou.it
- Piccolo Cottolengo Don Orione www.donorione-mi.it



Iscrizioni

5.30 è un evento a numero chiuso (2.000 partecipanti)

75.30

Gruppi Individuale

minimo
10 persone

10 €

solo online,
fino al
23 maggio

12 €

fino al
16 giugno

dal 17 giugno
15 €

venerdì

23 giugno 2017



Dove iscriversi?

Dal 1 febbraio: www.run530.com

Dal 1 marzo:

- Polisport, Via Gaetano Bonoris 1, Mantova

- Inkiostra, Via Principe Amedeo 24/A, Mantova



Cosa ricevo con l'iscrizione?

- t-shirt celebrativa 5.30
- adesivo 5.30
- ristoro di frutta fresca di stagione e bevande
- download gratuito delle immagini dell'evento
- download gratuito del Mag 5.30
- assistenza medica

... e la possibilità di vivere un'esperienza da ricordare!



Perché alle 5.30

75.30

- per promuovere l'attività fisica quotidiana;
- per scoprire la città in un'atmosfera unica;
- per respirare l'aria pulita;
- perché la giornata è sempre così piena di impegni;
- perché con un po' di movimento, inizio meglio la giornata;
- perché non c'è traffico;
- perché non rubo tempo alla famiglia;
- perché il percorso è breve e alla portata di tutti;
- perché mangio la frutta fresca di stagione;
- perché... basta poco per essere felici!

