

Run for Science, corri per la Scienza, il progetto di ricerca di Scienze Motorie dell'Ateneo Veronese dal 2014 rappresenta il più grande ed importante evento scientifico riguardante il mondo dell'endurance ed in particolare della corsa.

Correre fa bene al mio corpo? Cosa succede al mio corpo quando corro e durante le ore successive allo sforzo? Esiste un modo per ottenere il massimo beneficio e minimizzare rischi ed effetti negativi? Come posso migliorare la mia prestazione? La corsa può prevenire e curare le malattie?

A queste semplici domande non corrispondono altrettante semplici risposte, ma **assieme** possiamo raccogliere le informazioni necessarie a definirle.

Run for Science, la corsa dove il protagonista sei tu!

STRUTTURA

Un'affermata e sinergica collaborazione internazionale coordinata dal **Dipartimento di Neuroscienze, Biomedicina e Movimento dell'Università di Verona** permette di far interagire diversi gruppi di ricerca, tra i più competenti nei loro rispettivi ambiti, provenienti da Atenei italiani e Stranieri. Ciò permette di realizzare delle analisi multidisciplinari, di relazionare risultati e di ottenere informazioni scientifiche altrimenti impossibili sui temi della **salute**, della **prestazione** e dello **sport**



ORGANIZZAZIONE

A circa 200 corridori maschi e femmine (**Scienzer** o promotori di scienza) di età compresa tra 20 e 101 anni, viene chiesto di partecipare volontariamente e gratuitamente al **progetto di ricerca**, di effettuare una prova al meglio delle loro attuali possibilità sulla distanza di 10, 21 o 42 km e di sottoporsi a una serie di **valutazioni scientifiche** prima e dopo lo sforzo al fine di definire gli **effetti della corsa** sull'organismo umano. I risultati raccolti servono a descrivere secondo il metodo scientifico corrette **metodologie di preparazione** e recupero agli eventi sportivi, ottimizzare la **prestazione** e studiare i correlati della pratica del running con la **salute** degli individui. Nelle varie edizioni vengono inoltre studiate specifiche condizioni patologiche quali il diabete, le malattie al sistema cardiovascolare, neurodegenerative ed oncologiche. In questo caso partecipanti malati, guariti o sani verranno messi a confronto non sul piano della prestazione sportiva ma degli **effetti** di essa sulle condizioni psicofisiche.



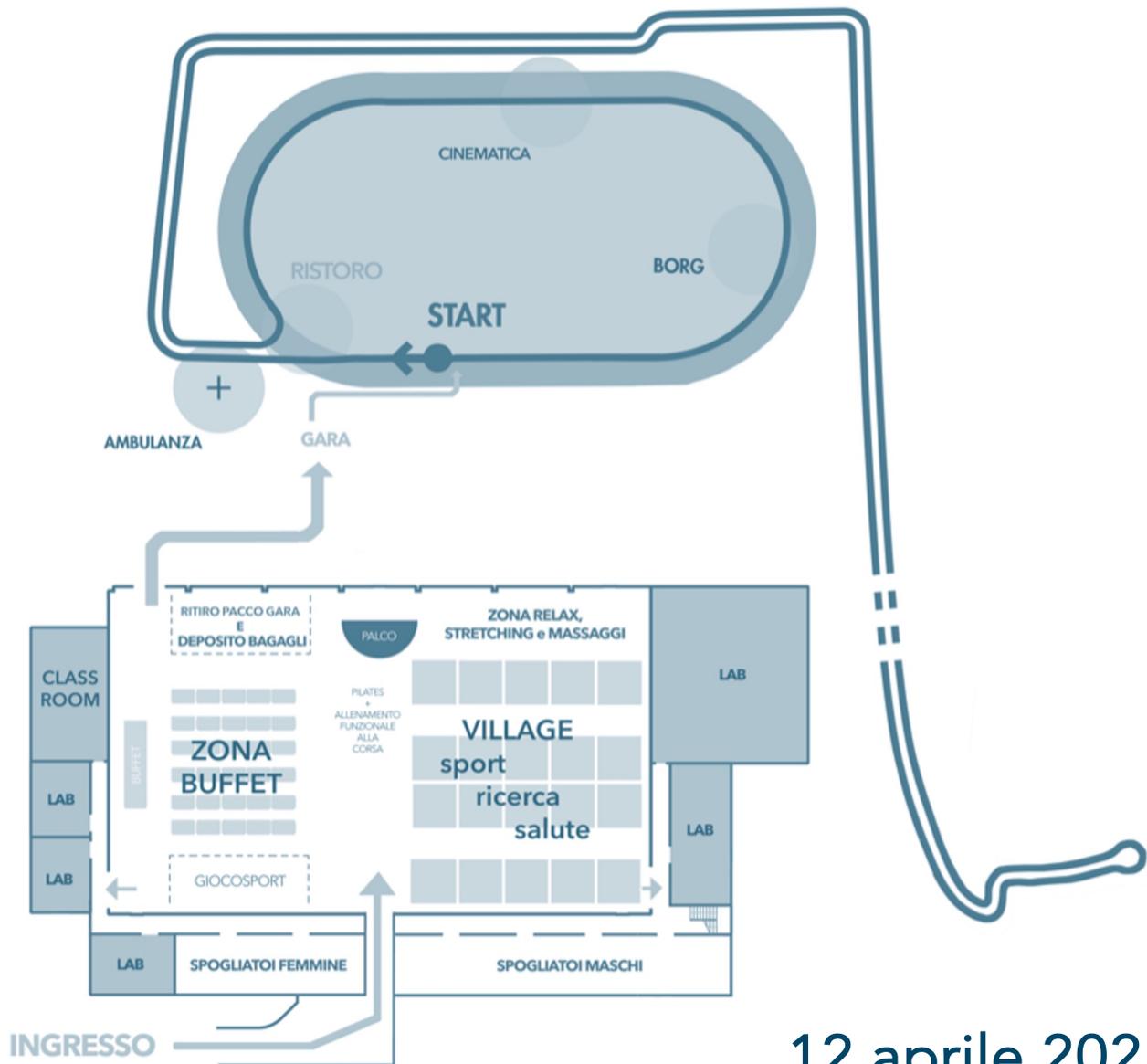
EDIZIONE 2025

L'edizione 2025, la XII del progetto, dedicata in particolare alle **malattie oncologiche** e alla loro relazione con la pratica sportiva verrà realizzata il **12 aprile 2025** dalle 7:00 alle 16:00 presso le strutture universitarie di Verona e consente la partecipazione sulla distanza di 10 e 21 km di maschi e femmine di qualsiasi livello ed età.

Per info: www.R4S.it info@r4s.it facebook.com/CentroMaratona

Per iscriversi: www.r4s.it/partecipa





12 aprile 2025
Via Montelungo 3, Verona

Per info: www.R4S.it info@r4s.it facebook.com/CentroMaratona

Per iscriversi: www.r4s.it/partecipa

