

BeActive: muoversi, stare bene, crescere insieme



Dal 23 al 30 settembre 2026 torna la **European Week of Sport**, l'iniziativa dell'Unione Europea che invita persone di ogni età e capacità a riscoprire il piacere di essere attivi attraverso lo sport e il movimento. Il messaggio di quest'anno è semplice e inclusivo: **#BeActive your way**, muoviti a modo tuo.

È un messaggio che sentiamo particolarmente vicino anche a **Scherma Desio**.

Fare sport non significa soltanto allenarsi e raggiungere un risultato. Significa prendersi cura del proprio corpo, sviluppare consapevolezza, costruire relazioni e trovare un'attività capace di accompagnarci nelle diverse fasi della vita. La scherma, con il suo mix di movimento, coordinazione, concentrazione e rispetto dell'avversario, può diventare un modo concreto per vivere questi valori.

La campagna europea #BeActive sottolinea proprio questo: **non è necessario essere atleti professionisti per iniziare a muoversi**. Ogni passo conta e ogni persona può trovare il proprio modo di essere attiva, attraverso lo sport organizzato, il movimento quotidiano o semplicemente provando una nuova attività.

Per questo Scherma Desio promuove il movimento sano attraverso lo sport: perché iniziare a fare attività fisica significa investire nel proprio benessere e, allo stesso tempo, entrare a far parte di una comunità.

Che sia il primo allenamento, una nuova sfida o semplicemente la voglia di rimettersi in movimento, l'importante è cominciare.

Scegli il tuo modo di essere attivo.

Scegli lo sport.

Scegli la scherma.

#BeActive #BeActiveYourWay #SchermaDesio #EuropeanWeekOfSport #Sport

#Movimento #Benessere #Scherma