







<b>VENERDI 22 MARZO '24</b> <b>via Pescarenico, 2</b>	<b>SABATO 23 MARZO '24</b> <b>via Pescarenico, 2</b>	<b>DOMENICA 24 MARZO '24</b> <b>via Pescarenico, 2</b>	  	
<p>08:30: THREE – TWO – ONE .....GO</p> <p>08:30-16:30 <b>ENERGIA DELLA PEDALATA</b> – pedaleranno a rotazione gli alunni delle primarie e secondarie</p> <p>16:30-17:30 <b>ENERGIA DEL CIBO</b> - Merenda</p> <p>17:15-19:15 <b>ENERGIA DELL'ARTE E DELLA PAROLA</b> - Spettacolo di magia &amp; bolle di sapone a cura del <b>Mago SVARIO</b></p> <p>17:00-19:00 <b>ENERGIA DELLA CREATIVITA'</b> -Laboratorio di Braccialetti a cura di <b>Silvia Cremonesi</b></p> <p>17:30-21:00 <b>ENERGIA DELLA RISATA</b> - Clown Therapy a cura di <b>Dutur Claun</b></p> <p>18:00-20:00 <b>ENERGIA DELLA SOLIDARIETA'</b> - Dimostrazioni pratiche di primo soccorso a cura di <b>CROCE ORO MILANO</b></p> <p>19:00-21:00 <b>ENERGIA DEL CIBO</b> – Ceniamo tutti insieme</p> <p>19:30-21:00 <b>ENERGIA DELLA DANZA</b> – Esibizioni di Breakdance e Hip Hop a cura di <b>Bandits Dance Studio</b></p> <p>21:00-22:30 <b>ENERGIA DELLA DANZA- Balli Country</b> a cura di <b>CountryEvents Milano</b></p> <p>22:00-01:00 <b>ENERGIA DELLA MUSICA</b> - Karaoke e DJSet a cura di <b>@La_Suardi &amp; CO</b></p> <p>00:00 - <b>ENERGIA DEL CIBO</b> - Brioches di mezzanotte per tutti</p> <p>00:00 - ..... <b>ENERGIA DEL SONNO</b> - Pigiama Party a scuola per non fermare le bici (necessario sacco a pelo - minori accompagnati con prenotazione <u>scansionando il QR-code a destra (*) fino ad esaurimento posti</u>)</p>	<p>08.00- 08:30 <b>ENERGIA DEL CIBO</b> - Colazione con brioches</p> <p>09:00-12:00 <b>ENERGIA DI SQUADRA</b> - Torneo di pedalata dei ragazzi/e delle medie Gemelli e Gramsci</p> <p>09:30-19:00 <b>ENERGIA DELLA RISATA</b> - Clown Therapy a cura di <b>Dutur Claun</b></p> <p>10:00-12:00 <b>ENERGIA DELLA CREATIVITA'</b> - Laboratorio di creazione cornici a cura di <b>Laura Carotti</b></p> <p>10:00-12:00 <b>ENERGIA DEL GIOCO</b> – Gioco Let's play different a cura di <b>LIONS Club International - Distretto 108 lb4</b></p> <p>10:00-13:00 <b>ENERGIA DELLA SALUTE</b> – Esame gratuito della vista per i bambini/e della primaria a cura di <b>LIONS Club International - Distretto 108 lb4</b> (per prenotare scansiona il QR-code a destra (**))</p> <p>11:00 - .....<b>ENERGIA DEL "DUNGEONS"</b> - Sessione D&amp;D con <b>Master Fabregas</b></p> <p>11:00-18:00 <b>ENERGIA DELL'ARRAMPICATA</b> - Divertiamoci con il Free Climbing - prova a scalare la parete rocciosa (<u>libreria del genitore in loco</u>)</p> <p>12:00-14:00 <b>ENERGIA DEL CIBO</b> - Pranzo Ami.Co.</p> <p>14:00-16:00 <b>ENERGIA DELLA SOLIDARIETA'</b> – dimostrazioni a cura della <b>Protezione Civile</b> della società <b>NUOVA ACROPOLI</b></p> <p>14:00-18:00 <b>ENERGIA DELLA SALUTE</b> – Esame gratuito della vista per i bambini/e della primaria a cura di <b>LIONS Club International - Distretto 108 lb4</b> (per prenotare scansiona il QR-code a destra) (*)</p> <p>15:30-16:00 <b>ENERGIA DEL RITMO</b> - esibizione di tamburi giapponesi a cura di <b>KOTOJI</b></p> <p>16:00-17:00 <b>ENERGIA DEL TEATRO</b> - Spettacolo Teatrale de <b>IL CLANTEATRO</b></p> <p>16:00-17:00 <b>ENERGIA DELLO SPORT</b> – giochiamo ad Hockey con la società <b>Hockey Club Fighters Milano</b></p> <p>16:00-18:00 <b>ENERGIA DELLO SPORT</b> – giochi a cura di <b>WEMOVE</b></p> <p>17:00-18:00 <b>ENERGIA DELLO DIFESA</b> - Judo e Difesa Personale a cura dell'Associazione <b>Dojo Otani</b></p> <p>17:00 18:00 <b>ENERGIA DELLA DONNA</b> – presentazione progetto Antiviolenza Donna a cura di <b>CADMI</b></p> <p>18:00-18:30 <b>ENERGIA DELLA DANZA</b> - esibizione del gruppo di danza moderna avanzato a cura di <b>Dance &amp; Move</b></p> <p>19:00-20:30 <b>ENERGIA DELLO SPORT</b> – Pedalata "riservata" ai soci della <b>Canottieri Olona</b></p> <p>19:00-20:30 <b>ENERGIA DELLO SPORT</b> – Classe aperta di pilates e ginnastica funzionale a cura di <b>Canottieri Olona</b> (porta con te il tuo tappetino/asciugamano)</p> <p>19:00-21:00 <b>ENERGIA DEL CIBO</b> - Cena Ami.Co.</p> <p>21.00-22:00 <b>ENERGIA DELLA MUSICA</b> - Concerto Gospel a cura del <b>Coro A&amp;V</b></p> <p>22:00-23:00 <b>ENERGIA DELLA MUSICA</b> – Balli di gruppo a cura di <b>Dance &amp; Move</b></p> <p>23:00-<b>ENERGIA DELLA MUSICA</b> - Karaoke e DJSet a cura di <b>@La_Suardi &amp; CO</b></p> <p>00:00 - ..... <b>ENERGIA DEL CIBO</b> - Brioches di mezzanotte per tutti</p> <p>00:00 - ..... <b>ENERGIA DEL SONNO</b> - Pigiama Party a scuola per non fermare le bici (necessario sacco a pelo - minori accompagnati con <u>prenotazione scansionando il QR-code a destra (*) fino ad esaurimento posti</u>)</p>	<p>08:00-09:00 <b>ENERGIA DEL CIBO</b> - Colazione con brioches</p> <p>09:00-12:30 <b>ENERGIA DELLA FAMIGLIA</b> – Porta i <u>nonni</u> al pedalare per sentirci tutti Ami.Ci</p> <p>10:00-12:00 <b>ENERGIA A 4 ZAMPE</b> – <b>Puppy Walker</b> (adotta un cagnolino) a cura di <b>LIONS Club International - Distretto 108 lb4</b></p> <p>10:00-12:00 <b>ENERGIA DELLA SOLIDARIETA'</b> – Dimostrazioni pratiche di primo soccorso a cura di <b>CROCE ORO MILANO</b></p> <p>10:00-12:00 <b>ENERGIA DELLO SPORT</b> – Diventiamo tutti "rugbisti" a cura di <b>Rugby Milano Sud</b></p> <p>12:20-12:30 <b>COUNTDOWN E CHIUSURA</b> con aperitivo</p> <p>TUTTO IL PROGRAMMA SI SVOLGERA' PARALLELAMANTE ALLA PEDALATA CONTINUA</p> <p>Al ristorante <b>Ami.Co.</b> troverai</p> <p><b>Merenda del venerdì 22/3</b> (torte delle mamme, patatine e popcorn)</p> <p><b>Cena del venerdì 22/3</b> (lasagne e/o riso venere con verdure)</p> <p><b>Pranzo di sabato 23/3</b> (Pizza e focaccia)</p> <p><b>Cena di sabato 23/03</b> (Salamella e porchetta)</p> <p>E per finire... <b>Aperitivo di domenica 24/03</b> per salutarci e chiudere in compagnia</p>	<p><b>ENERGIADI</b> Le olimpiadi dell'energia</p> <p><b>AMI.CO</b></p> <p><i>Pedalata notturna per continuare a produrre energia!</i> <b>(*) Prenota qui il tuo pigiama party</b></p>  <p><b>PER FARCI GUADAGNARE KWATT DALLE ORE 08.30 DEL 22/03 ALLE 12.30 DEL 24/03 scansiona il QR-code e nei commenti posta e fai postare la frase "Porto in dono un raggio di sole per la Scuola ICS CAPPONI"</b></p>  <p>#movimento #musica #magia.</p> <p>#cibo #condivisione #climbing</p>	<p><b>(**) Prenota il tuo screening della vista</b></p>  <p><b>Pedaleranno con noi...</b></p> <p><b>Abio Milano</b> <b>ADO San Paolo</b> <b>Associazione ANPTT</b> <b>City Angels</b> <b>Fondazione Rosangela Verde Pisello</b></p> <p>...e tutti gli altri ospiti in programma</p> <p>Da lunedì 18/03 nell'atrio della tua scuola troverai una "special box" dove depositare i tuoi occhiali usati e/o vecchi smartphone che potrai regalare e che verranno rigenerati e donati a chi ne ha bisogno.</p> <p><b>SI RINGRAZIANO</b></p> 