

E IMPARANDO A CAMMINARE IN RESA SALUTE
 ALLA STRETTA DI MANO
 PASSANDO DA FACEBOOK
 PER VISITARE ROMA
DI 13 KM
LA METROPOLITANA
URBANA PEDONALE



MuoviROMA

**CHERRY
 FOR FUN**
 PROGETTI DI VIAGGIO

via della Pace 64, Vignola
 Tel. 059 775598

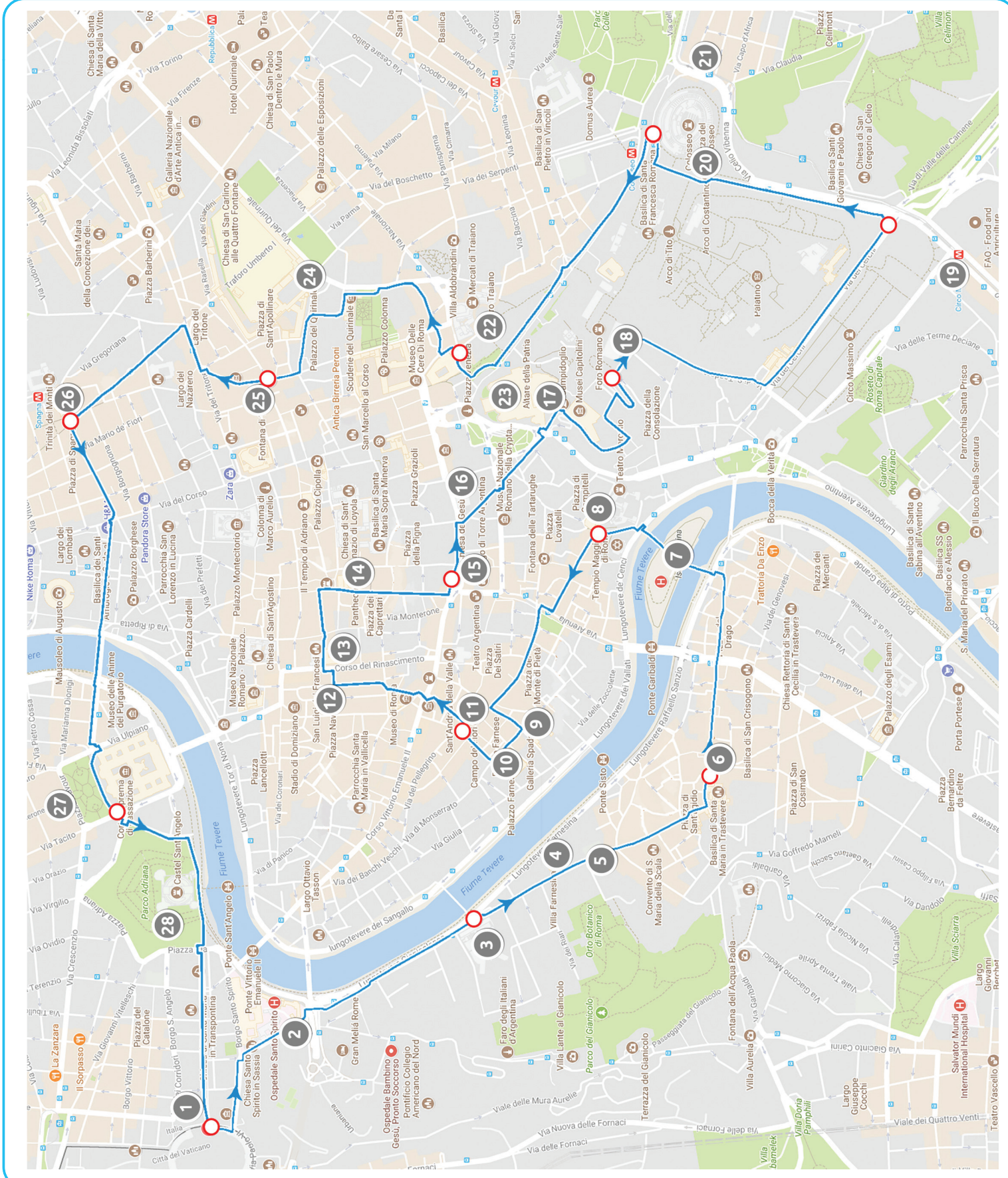
www.cherryforfun.it - info@cherryforfun.it

Il progetto Città Attiva è frutto degli studi sulle tecniche di diffusione nella popolazione dell'esercizio fisico per la salute, fatti da Costruire in Project Srl ©. Costruire in Project è specializzata nelle procedure per conoscere e programmare i sistemi sportivi territoriali. MuoviROMA è frutto della collaborazione tra Costruire in Project e il gruppo di comunità in Facebook "Muovi Municipio I Roma centro" amministrato da Silvia Giovannetti, che ha curato lo studio del percorso.

gruppo facebook "Città Attiva"
 pagina FB Città Attiva

tel. 059.78.54.22
 Ing. Luciano Rizzi
 cell. 335.62.32.113 - rizzi@costruireinproject.it

città attiva
 per **MuoviROMA**



LEGENDA

- 1 PIAZZA PAPA PIO XII
- 2 PORTA SANTO SPIRITO
- 3 CASA CIRCONDARIALE REGINA COELI
- 4 VILLA FARNESINA
- 5 PORTA SETTIMIANA
- 6 PIAZZA DI SANTA MARIA IN TRASTEVERE
- 7 ISOLA TIBERINA
- 8 PORTICO D'OTTAVIA
- 9 PALAZZO SPADA
- 10 PIAZZA FARNESE
- 11 PIAZZA CAMPO DE' FIORI
- 12 PIAZZA NAVONA
- 13 PALAZZO MADAMA
- 14 PANTHEON
- 15 LARGO DI TORRE ARGENTINA
- 16 CHIESA DEL GESU'
- 17 CAMPIDOGLIO
- 18 FORO ROMANO
- 19 CIRCO MASSIMO
- 20 ARCO DI COSTANTINO
- 21 COLOSSEO
- 22 FORO DI TRAIANO
- 23 ALTARE DELLA PATRIA
- 24 PALAZZO DEL QUIRINALE
- 25 FONTANA DI TREVI
- 26 PIAZZA DI SPAGNA
- 27 PIAZZA CAVOUR
- 28 CASTEL SANT'ANGELO

TEMPI PROGRESSIVI E PARZIALI

STAZIONE	VELOCITÀ DI PASSO IN RESA SALUTE (KM/ORA)											
	4.5	5	5.5	6	6.5	7	7.5	8	8.5	9	9.5	10
M1 PIAZZA PAPA PIO XII	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
M2 CASA CIRCONDARIALE REGINA COELI	14.16	14.16	12.50	11.40	10.42	9.53	9.10	8.34	8.01	7.33	7.08	6.45
M3 PIAZZA SANTA MARIA IN TRASTEVERE	25.15	10.59	22.44	9.53	20.40	8.59	18.56	8.14	17.29	7.36	16.14	15.09
M4 PORTICO D'OTTAVIA	38.35	13.20	34.44	12.00	31.34	10.55	28.56	10.00	26.43	9.14	24.48	8.34
M5 CAMPO DEI FIORI	51.24	12.49	46.16	11.32	42.03	10.29	38.33	9.37	35.35	8.52	33.03	8.14
M6 LARGO DI TORRE ARGENTINA	16.44	15.20	10.04	13.48	54.36	12.33	50.03	11.30	46.12	10.37	42.54	9.51
M7 FORO ROMANO	123.08	16.24	114.49	14.46	18.01	13.25	12.21	12.18	57.33	11.21	53.27	10.33
M8 CIRCO MASSIMO	137.32	14.24	127.47	12.58	119.48	11.47	113.09	10.48	17.31	9.58	12.42	9.15
M9 COLOSSEO	147.57	10.25	137.09	9.22	128.19	8.31	120.58	7.49	114.44	7.13	19.24	6.42
M10 FORO TRAIANO	20.52	12.55	148.47	11.38	138.53	10.34	130.39	9.41	123.41	8.57	117.42	8.18
M11 FONTANA DI TREVI	212.40	11.48	159.24	10.37	148.33	9.39	139.30	8.51	131.51	8.10	125.17	7.35
M12 PIAZZA DI SPAGNA	222.48	10.08	28.31	9.07	156.50	8.17	147.06	7.36	138.52	7.01	131.48	6.31
M13 PIAZZA CAVOUR	238.48	16.00	222.55	14.24	29.56	13.05	159.06	12.00	149.56	11.05	142.05	10.17
M1	253.20	14.32	236.00	13.05	221.49	11.53	210.00	10.54	200.00	10.04	151.26	9.21
TOT. PARZ.	13.000	2.53.20	2.36.00	2.21.49	2.10.00	2.00.00	1.51.26	1.44.00	1.37.30	1.31.46	1.26.40	1.22.06
TOT.	13.000	2.53.20	2.36.00	2.21.49	2.10.00	2.00.00	1.51.26	1.44.00	1.37.30	1.31.46	1.26.40	1.22.06
totali mt.	13.000	2.53.20	2.36.00	2.21.49	2.10.00	2.00.00	1.51.26	1.44.00	1.37.30	1.31.46	1.26.40	1.22.06

MuoviROMA metropolitana urbana pedonale di 13km



DISPONIBILE SU
App Store

Disponibile su
Google play



MuoviROMA potrebbe diventare anche un'applicazione "off line", da scaricare sullo smartphone/tablet.

@google maps