



Oscar della Salute 2019  
menzione speciale "Trasferibilità"  
al progetto **MuoviSPILLA**

**MUOVITI di PIÙ**  
**SIEDITI di MENO**

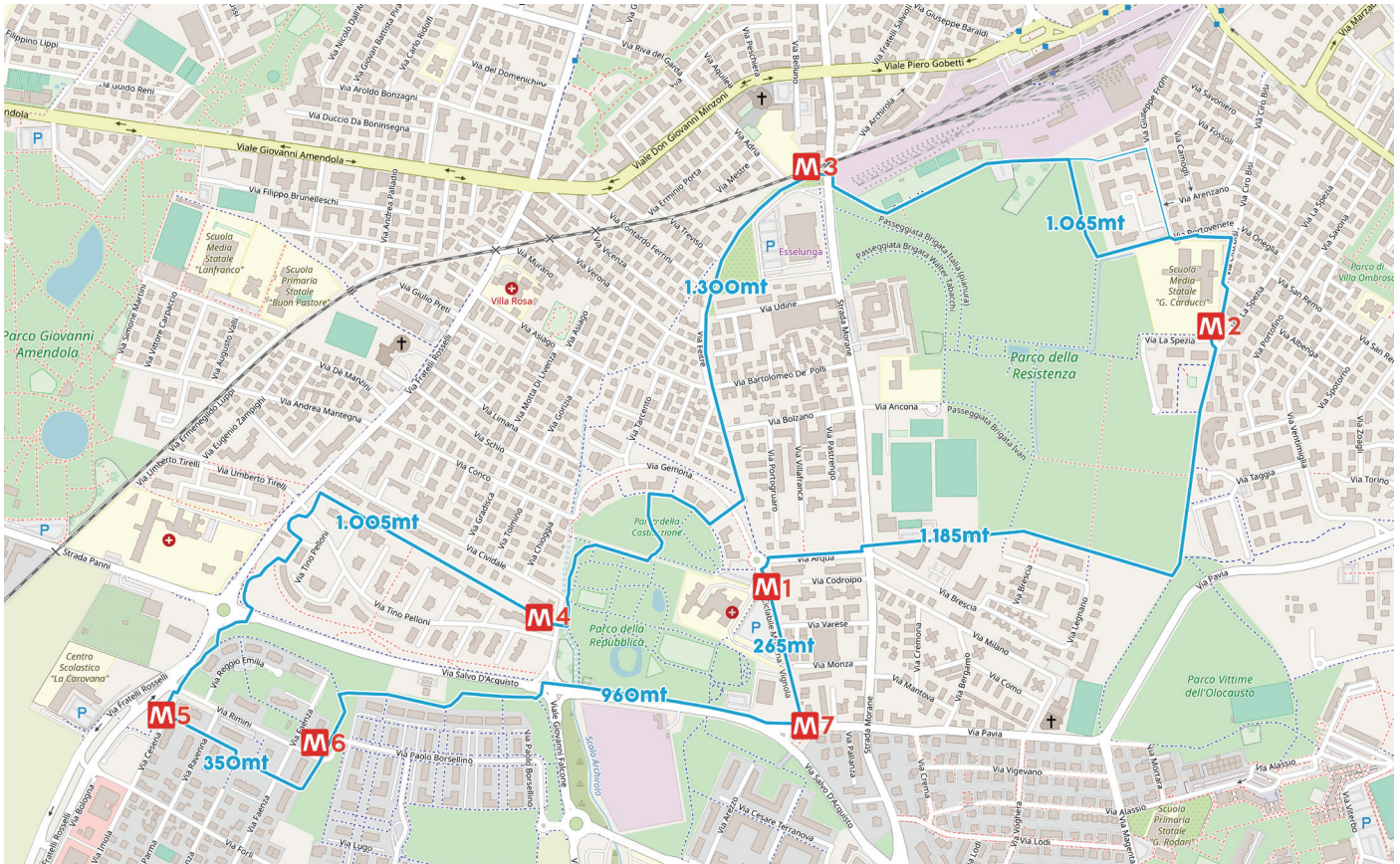
**Città Attiva**



Costruire in project srl - ing. Luciano Rizzi  
Via Casali 18 - 41057 Spilamberto MO - P.IVA 02722870363  
tel.059.78.54.22- www.cittattiva.info - rizzi@costruireinproject.it

pagina "progetto città attiva" **ESERCIZIO fisico**

# MuoviHESPERIA



## MetroHESPERIA (metropolitana urbana pedonale) - tempi progressivi

lunghezza del passo medio in camminata a 5 km/ora **80** cm

vel. 1	vel. 2	vel. 3	vel. 4	vel. 5	vel. 6
<b>4,5</b>	<b>5</b>	<b>5,5</b>	<b>6</b>	<b>6,5</b>	<b>7</b>
km/ora	km/ora	km/ora	km/ora	km/ora	km/ora

METRO	STAZIONE	DIST. MT TOT..	DIST. MT PARZ.	PASSI PARZ.	N°	TEMPI						N°
						T	T	T	T	T	T	
<b>M1</b>	HESPERIA HOSPITAL	0	<b>0</b>	0	M1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	M1
<b>M2</b>	SCUOLE CARDUCCI	1.150	<b>1.150</b>	1438	M2	15.20	13.48	12.33	11.30	10.37	9.51	M2
<b>M3</b>	ESSELUNGA	2.250	<b>1.100</b>	1375	M3	30.00	27.00	24.33	22.30	20.46	19.17	M3
<b>M4</b>	PARCO DELLA REPUBBLICA	3.440	<b>1.190</b>	1488	M4	45.52	41.17	37.32	34.24	31.45	29.29	M4
<b>M5</b>	VIA FAENZA	4.760	<b>1.320</b>	1650	M5	1.3.28	57.07	51.56	47.36	43.56	40.48	M5
<b>M1</b>		6.130	<b>1.370</b>	1713	M1	<b>1.21.44</b>	<b>1.13.34</b>	<b>1.6.52</b>	<b>1.1.18</b>	<b>56.35</b>	<b>52.33</b>	M1

distanza totale mt. **6.130** | 7664 | totale passi

