

**INDICAZIONI per partecipare  
insieme alla FONDAZIONE IST. BUON PASTORE  
a Milano City Marathon**



**FAI PARTE DEL GRUPPO CITY MARATHON – BUON PASTORE perché:**

**1. Sei un RUNNER**

- Consegnaci a mano o inoltraci via mail ([maratonabp@gmail.com](mailto:maratonabp@gmail.com)) CARTA DI IDENTITÀ e TESSERA SANITARIA
- Vai sul sito “Rete del dono”:  
<https://www.retedeldono.it/it/progetti/fondazione-buon-pastore/fai-volare-i-sogni-di-il-gabbiano>  
e versa LA QUOTA DEL PETTORALE (offerta a partire da 40,00€) che andrà devoluto all’obiettivo del nostro progetto
- Farai parte di una “mailing list” per aggiornarti sugli ALLENAMENTI DI GRUPPO

**2. Sei un AIUTANTE NON RUNNER**

- DILLO AD UN AMICO per aumentare le nostre staffette
- SENSIBILIZZA amici/parenti/conoscenti al nostro progetto
- INFORMA I TUOI COLLEGHI; passa la voce in azienda per far nascere un gemellaggio o una sponsorizzazione
- LANCIA UN APERITIVO SOLIDALE; se conosci qualcuno che ha un bar, un ristorante etc può diventare il nostro punto di incontro post allenamento o per eventi benefici finalizzati al nostro progetto
- CONDIVIDI il progetto sui social

**Lavoreremo tutti insieme, fianco a fianco, per conquistare tanti piccoli traguardi e coinvolgere sempre più persone.**

Per qualsiasi dubbio contattaci a [maratonabp@gmail.com](mailto:maratonabp@gmail.com) o chiama allo 02.48196138 chiedendo di Sonia o Sonila o Federica.

**PROSSIMI APPUNTAMENTI:**

- Per chi avesse voglia ISCRIZIONE INDIVIDUALE ALLA BABBO RUNNING il 16.12.2017
- VISITA DELLA COMUNITA’ IL GABBIANO (data da definire)
- 1° ALLENAMENTO DI GRUPPO 24.01.2018 h18.30 (luogo da definire)