



Rimini Wellness: Military Fitness con la Brigata Paracadutisti Folgore

Pubblicato il 28/05/2025

L'Esercito Italiano conferma anche quest'anno la presenza a *Rimini Wellness*, l'importante evento internazionale dedicato al fitness, al benessere e allo sport, che si terrà alla Fiera di Rimini dal 29 maggio al 1 giugno. In un'area espositiva di 700 metri quadrati nella zona piscine est, lo stand dell'Esercito offrirà un'esperienza interattiva e coinvolgente, con un focus speciale sulla **Brigata Paracadutisti "Folgore"**, che guiderà le attività di **Military Fitness** e altre prove ad alta intensità.

Una delle principali attrazioni sarà il **"Military fitness"**, un circuito ad alta intensità, progettato per migliorare la forza e la resistenza, ispirato alla preparazione fisica dei paracadutisti. Sotto la guida esperta degli istruttori della Brigata Paracadutisti "Folgore", i visitatori avranno l'opportunità di mettersi alla prova con esercizi che simulano le sfide affrontate dai soldati nelle missioni all'estero, con l'obiettivo di spingere i partecipanti al massimo delle loro capacità fisiche.



Rimini Wellness: Military Fitness con la Brigata Paracadutisti Folgore - brigatafolgore.net

Arrampicata con le Truppe Alpine: Adrenalina in Sicurezza

Gli appassionati di sport estremi potranno anche cimentarsi in un'altra attività ad alta adrenalina: la parete di arrampicata artificiale. Alta circa 7 metri, questa parete, gestita dagli istruttori delle Truppe Alpine, sarà una grande opportunità per avvicinarsi al mondo dell'arrampicata, praticando in un ambiente sicuro e controllato.

A rendere ancora più dinamica e coinvolgente l'esperienza all'interno dello stand, ci sarà anche **Radio Esercito**, la web radio ufficiale della Forza Armata, che offrirà musica, intrattenimento e approfondimenti in tempo reale durante l'intero evento.



Rimini Wellness: Military Fitness con la Brigata Paracadutisti Folgore - brigatafolgore.net

Opportunità di Carriera: Un Percorso Unico nell'Esercito Italiano

Oltre a momenti di fitness e adrenalina, il pubblico avrà anche l'opportunità di scoprire le diverse carriere militari offerte dall'Esercito Italiano. Il **Comando Militare Esercito "Emilia-Romagna"** presenterà le opportunità per diventare **Volontari in Ferma Iniziale (VFI)** e fornirà informazioni sui concorsi per accedere alle prestigiose **Scuole Militari "Nunziatella" di Napoli, "Teuliè" di Milano, Accademia Militare di Modena** e alla **Scuola Sottufficiali di Viterbo**.

Il Military Fitness: Un Allenamento Completo e Adattabile

Il **military fitness** si ispira agli allenamenti sviluppati per i militari nel secondo dopoguerra, evolvendosi nel tempo per diventare un'attività fisica funzionale che può essere adattata a qualsiasi ambiente, dal campo aperto alla palestra. In una sessione di military fitness, si alternano fasi di riscaldamento e di esercizi ad alta intensità, stimolando non solo la forza fisica, ma anche il lavoro di squadra e il superamento dei propri limiti mentali e fisici.

L'allenamento prevede esercizi per potenziare la resistenza, la forza e la velocità, attraverso un mix di lavoro aerobico e di agilità. Ogni circuito può essere personalizzato in base alle capacità dei partecipanti, con l'utilizzo di attrezzi improvvisati, come pneumatici, cassette e battelli, rendendo l'attività accessibile e versatile in qualsiasi situazione.



Rimini Wellness: Military Fitness con la Brigata Paracadutisti Folgore - brigatafolgore.net

Uno degli aspetti principali del military fitness è la sua adattabilità. Non richiede attrezzature specifiche, ma si può praticare in qualsiasi luogo, sia all'aperto che al chiuso. Ogni circuito può essere modificato per soddisfare le necessità fisiche e ambientali, garantendo sempre un allenamento stimolante. Inoltre, l'attività è consigliata a tutti, con l'unica precauzione di assicurarsi che i partecipanti abbiano una preparazione fisica simile quando si allena in gruppo.

Il *Rimini Wellness* rappresenta un'occasione unica per entrare in contatto con il mondo del **military fitness** e scoprire le opportunità di carriera nell'Esercito Italiano, con un focus particolare sulla preparazione e le competenze della **Brigata Paracadutisti "Folgore"**. Con attività coinvolgenti, un'area espositiva interattiva e un programma ricco di eventi, il pubblico potrà vivere un'esperienza immersiva, mettendo alla prova le proprie capacità fisiche e scoprendo nuove opportunità professionali.

Link notizia: <https://www.riminitoday.it/cronaca/military-fitness-parete-arrampicata-rimini-wellness-allenare-esercito-italiano.html>