



IL PLOGGING

**è ormai di casa a EcoRun Varese:
la Festa dell'Ecologia e dello Sport
non può che essere un evento sostenibile!**

Dove è nato il PLOGGING?

Il **Plogging** è nato in Svezia nel 2016 per merito dell'atleta Erik Ahlström che, stanco di vedere spazzatura ovunque, ha pensato di trasformare il normale jogging in un'attività green.

Che cosa significa?

Il Plogging è una buona pratica che mette insieme sport e ambientalismo. La parola nasce dalla combinazione del verbo **plocka-upp**, che in lingua svedese significa raccogliere, ripulire, col il noto verbo inglese **running**. Dalla Svezia questa iniziativa si sta diffondendo sempre di più anche in Italia.

Come si pratica?

Basta indossare una maglietta, un pantaloncino, scarpe comode, un paio di guanti, munirsi di un sacco ampio (ma facile da tenere in mano) e... raccogliere cartacce, mozziconi, lattine, bottiglie, tutto quanto si trova abbandonato a terra. **Nulla di più semplice!**

Quando e chi farà PLOGGING in occasione di EcoRun 2023?

Le corse podistiche e gli itinerari naturalistici nei parchi saranno eventi di forte passaggio e di inevitabile impatto ambientale.



L'Associazione **AMA&VIVI PLASTIC FREE** di Varese attrezzerà i volontari di **guanti e sacchi** per praticare Plogging raccogliendo i rifiuti e conferendoli nel modo più corretto al sistema di riciclo, così che al termine della manifestazione le strade della città di Varese tornino perfettamente pulite e l'evento abbia il minor impatto ambientale possibile!

Forza allora... **PLOGGA CON NOI!**

