

LET'S MOVE TRIESTE 2026

Festival del Fitness, della Salute e del Benessere
11 – 12 – 13 settembre 2026

Let's Move Trieste è un festival urbano dedicato alla promozione di uno stile di vita sano, attivo e consapevole, che unisce sport, movimento, salute, prevenzione, alimentazione e benessere psicofisico.

L'evento si rivolge a un pubblico ampio e trasversale – cittadini, famiglie, giovani, sportivi e appassionati – con l'obiettivo di rendere il benessere accessibile, inclusivo e parte integrante della vita quotidiana della città.

Dopo il grande successo della prima edizione, Let's Move Trieste torna nel 2026 con un format ulteriormente ampliato, strutturato e potenziato, confermandosi come uno degli appuntamenti di riferimento a livello regionale e nazionale nel panorama degli eventi dedicati al benessere.

I RISULTATI DELLA PRIMA EDIZIONE

La prima edizione di Let's Move Trieste ha registrato risultati significativi, sia in termini di partecipazione che di impatto sociale e mediatico:

- **Oltre 5.000 presenze complessive** nel village del festival
- **2.455 iscritti** sulla piattaforma ufficiale www.letsmovefestival.com
- **Più di 32 classi gratuite** di fitness, movimento e discipline olistiche, aperte a tutte le fasce d'età
- **4 challenge sportive**, con il coinvolgimento attivo di atleti e pubblico
- **Oltre 550 iscritti alla Glow Night Run**, evento serale ad alta partecipazione
- **Family Run solidale**, con **1.410 € raccolti e donati all'IRCCS Burlo Garofolo**, a sostegno dei bambini e delle famiglie seguite dall'istituto

A questi numeri si aggiunge un'importante visibilità mediatica e digitale, con:

- 1.860 follower su Instagram
- **1,5 milioni di visualizzazioni complessive**
- **72.000 account raggiunti**
- **10.152 interazioni**

Dati che confermano la forte capacità del festival di coinvolgere la cittadinanza, generare partecipazione attiva e produrre un impatto positivo concreto sul territorio.

LET'S MOVE TRIESTE 2026: LE NOVITÀ

L'edizione 2026, in programma dall'11 al 13 settembre, rappresenta un'evoluzione naturale e ambiziosa del progetto.

Le principali novità includono:

- **Estensione a tre giornate complete di festival**, con un programma ancora più articolato e continuo.
 - **Ampliamento degli spazi dedicati all'evento**, con l'apertura al pubblico anche della **Hall 28 del Centro Congressi di Porto Vecchio**, che consentirà di aumentare in modo significativo il numero di attività, corsi gratuiti e momenti divulgativi.
 - **Utilizzo degli spazi della nuova Cittadella dello Sport**, valorizzando infrastrutture moderne e creando un vero e proprio polo cittadino del movimento e del benessere.
 - **Incremento delle attività gratuite e inclusive**, rivolte a bambini, famiglie, adulti e over 60, con particolare attenzione all'accessibilità e alla partecipazione diffusa.
 - **Introduzione di nuove gare e competizioni sportive**, affiancate alle discipline già presenti, per coinvolgere atleti amatoriali e sportivi più strutturati.
-

STRUTTURA DEL FESTIVAL E SPAZI COINVOLTI

Let's Move Trieste 2026 si svilupperà all'interno dell'area di **Porto Vecchio – Portovivo**, valorizzando spazi simbolici della città e integrandoli in un unico grande festival diffuso dedicato al benessere.

Auditorium – Centro Congressi

L'Auditorium ospiterà i momenti di divulgazione, approfondimento e confronto, con:

- talk e conferenze su salute, sport, prevenzione e alimentazione,
- incontri con esperti, testimonial e professionisti del settore,
- momenti di riflessione aperti al pubblico su temi di grande attualità legati alla qualità della vita,
- corsi gratuiti di fitness e allenamenti di gruppo, pensati per coinvolgere attivamente il pubblico anche all'interno degli spazi coperti.

Terrazza e Piazzale esterno

Lo spazio esterno sarà uno spazio dedicato ad attività all'aperto e momenti di socialità, con:

- corsi gratuiti di fitness e allenamenti di gruppo,
- dimostrazioni sportive e attività motorie accessibili,
- allestimento del village food & beverage, con proposte legate a un'alimentazione sana e a momenti di convivialità,
- eventi di intrattenimento serali, pensati per animare il festival anche nelle ore serali e favorire l'aggregazione del pubblico.

Hall 28 – Centro Congressi

La Hall 28 sarà uno spazio coperto dedicato a:

- corsi indoor,
- workshop tematici,
- attività speciali e format innovativi, consentendo una migliore distribuzione delle attività e dei flussi di pubblico durante le tre giornate del festival.

Cittadella dello Sport

La nuova Cittadella dello Sport ospiterà tornei e attività sportive a squadre, tra cui tornei di basket, calcetto, padel, ecc., oltre a gare acrobatiche e dimostrative di skateboard, valorizzando discipline urbane e spazi sportivi moderni, con un forte richiamo per un pubblico giovane e trasversale.

BIG EVENTS E CHALLENGE 2026

Tra gli eventi di punta e le challenge previste per l'edizione 2026:

- **Triathlon Sprint**
- **Cardio Challenge**
- **Glow Night Run**, evento serale aperto alla città
- **Family Run solidale**, con finalità benefica
- **Gara di Calisthenics**, dedicata a forza, tecnica e controllo del corpo

Eventi pensati per coinvolgere sia atleti che pubblico, creando momenti di partecipazione, spettacolo e condivisione.

TESTIMONIAL, DIVULGAZIONE E CONTENUTI DI ALTO LIVELLO

Elemento distintivo di Let's Move Trieste 2026 sarà la presenza di **testimonial di caratura nazionale e internazionale**, veri punti di riferimento nel mondo dello sport, del fitness e della salute.

Sono previsti **campioni del mondo del fitness e dello sport** come **Yuri Chechi** e **Jill Cooper**, insieme a:

- olimpionici,
- professionisti del settore salute e benessere,
- influencer qualificati nel campo dell'alimentazione e del movimento,

- professori universitari e scienziati, tra cui il prof. Scarabelli e il prof. Ennio Tasciotti.

Il festival alternerà attività pratiche, dimostrazioni e competizioni a talk, conferenze e incontri divulgativi, con l'obiettivo di rendere accessibili temi fondamentali come prevenzione, salute, alimentazione e qualità della vita.

OBIETTIVI DEL PROGETTO

Let's Move Trieste 2026 intende:

- promuovere stili di vita sani e attivi,
- valorizzare Trieste come città attenta al benessere e allo sport,
- incentivare la partecipazione attiva della cittadinanza,
- creare un evento inclusivo, sostenibile e ad alto valore sociale,
- rafforzare il legame tra sport, salute, educazione e territorio.