

IN COORGANIZZAZIONE CON



creativa.

AUDACE
FIGHT & FITNESS



cavana
runclub

LET'S MOVE TRIESTE

MAIN SPONSOR

 RP Several

PORTO VECCHIO
12-13-14 SETTEMBRE 2025

IN COORGANIZZAZIONE CON



creativa.

AUDACE
FIGHT & FITNESS



cavana
runclub

COS'È LET'S MOVE TRIESTE

Let's Move Trieste è molto più di un evento sportivo: è un'esperienza dinamica, coinvolgente e inclusiva che nasce dalla collaborazione tra l'Associazione Proloco Trieste APS con Creativa Eventi, S.S.D. Audace e S.S.D. The Element, e con la coorganizzazione e il patrocinio del Comune di Trieste.

Un appuntamento che per tre giorni trasformerà il cuore della città in una vera e propria città dello sport, del benessere e del divertimento.



**Generali
Convention Center**
Trieste

LA LOCATION

Il centro nevralgico sarà il prestigioso Centro Congressi di Trieste, situato nell'area del Porto Vecchio. In particolare, verranno coinvolti:

L'Auditorium, spazio coperto ad alta tecnologia, dotato di strutture avanzate per proiezioni grafiche e interattive di ultima generazione.

La terrazza esterna, ampia e panoramica, perfetta per ospitare attività dinamiche all'aria aperta.

Un'area adiacente di proprietà comunale, che arricchirà ulteriormente l'esperienze outdoor.

PORTO VECCHIO
12-13-14 SETTEMBRE 2025

MAIN EVENTS



SABATO 13 SETTEMBRE DALLE 15.00

*NUOTO, BICIE CORSANE E IL CUORE DI PORTO VECCHIO.
UNA GARA IMPERDIBILE FORMATO SUPERSPRINT
ELIMINATOR*



**SABATO 13 SETTEMBRE ALLE 19.15
DOMENICA 14 SETTEMBRE ALLE 20.00**

*LUCI SOFFUSE ROSSE, MUSICA ENERGICA E UNA CARICA
PAZZESCA. ALLENAMENTO HIIT: ESERCIZI CARDIO SU
BIKE E VOGATORE ALTERNATI A FORZA*



SABATO 13 SETTEMBRE ALLE 20.30

*UNA 5 KM NON COMPETITIVA INSIEME A CAVANA
RUN CLUB. MA NON SARÀ UNA CORSA COME LE
ALTRE: CORREREMO DI NOTTE, FRA LUCI NEON E
UN DJ SET ITINERANTE*



DOMENICA 14 SETTEMBRE ALLE 11.00

*UNA PASSEGGIATA APERTA A FAMIGLIE, BAMBINI
E CAMMINATORI. UN MOMENTO DI CONDIVISIONE,
SOCIALITÀ E SPORT*



DOMENICA 14 SETTEMBRE DALLE 14.00

*GARA A SQUADRE FRA ESERCIZI DINAMICI E
PERFORMANCE FISICA AD ALTA INTENSITÀ. QUALE
SARÀ IL TEAM VINCENTE?*



Generali
Convention Center
Trieste

IN COORGANIZZAZIONE CON



comune di trieste

creativa.

AUDACE
FIGHT & FITNESS



cavana
runclub

SABATO 13 SETTEMBRE *STAGE INDOOR*

9.00-10.00

YOGA *CLEO YOGATRIESTE*

10.00-11.00

BOOTY ON FIRE *FEDERICA MACRÌ*

11.00-12.00

BODY TONE *BORIS MILIČ*

12.00-13.00

FUNCTIONAL *BORIS MILIČ*

13.00-14.00

KB FLOW *EMANUELE BIVIANO*

14.00-15.00

PILATES *FEDERICA MACRÌ*

15.00-16.00

TALK DI *RAFFAELE SCARABELLI*

16.00-17.00

SUPERJUMP *SARA MICCOLI*

17.00-18.00

STEP DANCE *LUCA ZETA E CHRISTIAN ZED*

18.00-19.00

ZUMBA *VALENTINA, ANTONELLA,
TATIANA E ALESSIA*

19.15-20.15

RED ROOM *RAFFAELE SCARABELLI*



Generali
Convention Center
Trieste

IN COORGANIZZAZIONE CON



comune di trieste

creativa.

AUDACE
FIGHT & FITNESS



cavana
runclub

SABATO 13 SETTEMBRE

STAGE OUTDOOR

10.00-11.00

RESPIRAZIONE E ICE BATH *GABRIELE GIUFFRIDA*

11.00-12.00

SUPERJUMP *SARA MICCOLI*

12.00-13.00

PILATES *LUISA FURLAN*

13.00-14.00

STEP FUNCTIONAL *LUCA ZETA*

14.00-15.00

CROSS TRAINING *STEFANO E GIORGIO*

15.00-16.00

DIFESA PERSONALE *EMILIANO HLACIA*

16.00-17.00

TABATA *LUCA ZETA*

17.00-18.00

HANDSTAND *FEDERICA MACRÌ*

18.00-19.00

BALLI CARAIBICI *AARON Y GIORGIA*
AZTECAN ACADEMY

A SEGUIRE FINO A MEZZANOTTE
APERISHOW CON DJ SET



Generali
Convention Center
Trieste

IN COORGANIZZAZIONE CON



comune di trieste

creativa.

AUDACE
FIGHT & FITNESS



cavana
runclub

DOMENICA 14 SETTEMBRE

STAGE INDOOR

9.00 - 10.00

PILATES *FEDERICA MACRÌ*

10.00-11.00

YOGA *CLEO YOGATRIESTE*

11.00-12.00

KB FLOW *BORIS MILIČ*

12.00-13.00

FAT BURNING *FEDERICA MACRÌ & FABIO GOLZI*

13.00-14.00

TOTAL BODY *GLORIA DANIELI*

14.00-15.00

SPARTAN *WALTER & IVAN*

15.00-16.00

16.00-17.00

17.00-18.00

18.00-19.00

19.00 - 20.00

20.00-21.00

**LET'S
MOVE
TRIESTE**

**CARDIO
CHALLENGE**

RED ROOM *AUDACE TEAM*



Generali
Convention Center
Trieste

IN COORGANIZZAZIONE CON



comune di trieste

creativa.

AUDACE
FIGHT & FITNESS



cavana
runclub

DOMENICA 14 SETTEMBRE *STAGE OUTDOOR*

10.00-11.00

BODY TONE *FABIO GOLZI*

11.00-12.00

STEP FUNCTIONAL *LUCA ZETA*

13.00-14.00

MOBILITY *FEDERICA MACRÌ*

14.00-15.00

TABATA *LUCA ZETA*

15.00-16.00

HARD CORE *BORIS MILIČ*

16.00-17.00

SUPERJUMP *SARA MICCOLI*

17.00-18.00

SALSA E BACHATA *VIVIANA EMPORIO DANZA*

18.00-19.00

CARDIO DANCE *CHRISTIAN ZED*

**A SEGUIRE FINO ALLE 22.30
APERISHOW CON DJ SET**

LET'S MOVE TRIESTE

CLASSI

SABATO 13 E DOMENICA 14
SETTEMBRE

DALLE 9.00 ALLE 20.00

AVRAI LA POSSIBILITÀ DI PROVARE
DIVERSE DISCIPLINE CON TANTI
TRAINER LOCALI E NON SOLO!

TUTTE LE CLASSI SONO GRATUITE,
DOVRAI SOLO ISCRIVERTI SUL SITO
O AL WELCOME DESK



Generali
Convention Center
Trieste

IN COORGANIZZAZIONE CON



comune di trieste

creativa.

AUDACE
FIGHT & FITNESS



cavana
runclub

VILLAGE

INGRESSO LIBERO

FOOD TRUCK

MUSICA E DJ SET

SPEECH

dedicati allo sport e alla nutrizione

AREA BAMBINI

ESPERIENZE

MAIN SPONSOR

 RP Several



Generali
Convention Center
Trieste

IN COORGANIZZAZIONE CON



comune di trieste

creativa.

AUDACE
FIGHT & FITNESS



cavana
runclub

MAIN SPONSOR

 **RP Several**

GymBeam
PER OGNI SPORT


SIROKI
visual team

 **ELETTRO
MATICA**

DOLOMIA


MORDÌ
MORSI DI TRADIZIONE

 **AVALON**
THE WELLNESS & MEDICAL CENTER


eurobevande

**IL
GIULIA**

 **ITS**
ECOLOGIA

KOKI
DISTINGUI IL TUO BUSINESS

ROSSO
L'ORGOGGIO DI COSTRUIRE

 **Tree**
breathe your life

MOBILITY PARTNER

 **TRIESTE
TRASPORTI**

MEDIA PARTNERS

 **TRIESTE
Cafe**



 **IDARTSDESIGN**

EVENT PARTNER

**Trieste
Cocktail
Week**