

OSF

Ordini Senza Frontiere

7 Giugno 2025



Ordini Senza Frontiere

July
17

7 Giugno



Conero Wellness



Un evento ludico-sportivo per professionisti, volto a superare le barriere tra colleghi di diversi settori, ampliare la rete di contatti e favorire la collaborazione interdisciplinare. Un'opportunità per rispondere alle esigenze di una clientela sempre più esigente, dedicando tempo al proprio benessere e crescita personale.



Gli Ordini coinvolti



Avvocati



Commercialisti



Ingegneri



Giornalisti

Tre squadre multigenerazionali Y, X e Boomer
per ciascun ordine:

Y → nati dal 1981 al 1996

X → nati dal 1965 al 1980

Boomer → nati dal 1946 al 1964



Le Squadre

- ◆ 21 partecipanti per squadra, 7 per ogni generazione
- ◆ Team Leader: scelto tra i partecipanti
- ◆ Caposquadra: scelto tra i tecnici della Conero Wellness



Quali sono le finalità?

- ◆ Favorire il networking inter-professionale
- ◆ Sperimentare nuove dinamiche di squadra
- ◆ Divertirsi e mettersi alla prova
- ◆ Focus sull'importanza del fitness e wellness come complemento dell'attività professionale



Come si svolgerà la giornata



MATTINA

9:30 / 10:00

- Benvenuto e spiegazione evento
- Suddivisione in squadre
- Scelta di Team Leader e Capi Squadra
- Assegnazione delle T-shirt

10:00 / 12:30

- Svolgimento gare

12:30 / 14:30

- Light Lunch



POMERIGGIO

14:30 / 17:30

- Proseguimento Gare

17:30 / 18:00

- Premiazioni OSF

20:00

- Cena Fine Evento:
Pizza Gourmet "Avalon"

Le Gare



MATTINA 10:00 / 12:30

- **Passo dopo passo insieme**
Staffetta a tempo su tapis roulant
- **Il bruco e la palla**
Sfida del bruco, da seduti si passa la palla medica sopra la testa
- **Tris & run**
Gioco del tris umano



POMERIGGIO 14:30 / 17:30

- **Tira più un ordine che un carro di buoi**
Torneo di tiro alla fune
- **Andiamo per ordine**
Sfida a squadre in Skill, Gym Floor e Pool
- **Stasera mi butto**
Gara di tuffi in piscina
- **Staffetta in acqua con t-shirt bagnata**

Programma per gli ospiti

CONERO REFORMER

Mattina

- **10:00 / 11:00** Pilates Reformer
- **11:00 / 12:00** Pilates Reformer

Pomeriggio

- **14:30 / 15:30** Pilates Reformer
- **15:30 / 16:30** Pilates Reformer

VALUTAZIONI WELLNESS CHECK UP

- **Mattina dalle 10:00 alle 12:00**
- **Pomeriggio dalle 14:30 alle 17:30**

durata singola valutazione 30 minuti

CONERO SOUL

Mattina

- **10:00 / 11:00** Plana
- **11:00 / 12:00** Pilates
- **12:00 / 13:00** Valutazioni Posturali

Pomeriggio

- **14:30 / 15:30** Valutazioni Posturali
- **15:30 / 16:30** Pilates
- **16:30 / 17:30** Plana

Dove vi ospiteremo

GYM FLOOR



SKILL



POOL



GYM GARDEN



Servizi inclusi

Acqua e caffè

Light Lunch

Cena Fine Evento

T-Shirt Evento





Dove vi ospiteremo

CONERO WELLNESS CAFÉ

Grazie per l'attenzione

Conero Wellness

Strada di Pontelungo 90/A - 60131 Ancona

Tel. 071 84380