

Sezione 1: Indagare su attività fisica e movimento dell'intervistato

1. Pratici sport o attività fisica regolarmente? Quali sono i principali motivi che ti spronano? Quali sono, invece, quelli che ti ostacolano?

Sì, pratico calisthenics regolarmente. Credo che l'attività fisica sia importante ma a volte non vado se mi fa male qualcosa.

2. Ti capita di fare passeggiate all'aperto di tua spontanea volontà? Dove passeggi? Quali sono i principali motivi che ti spronano? Quali sono, invece, quelli che ti ostacolano?

Mi piace esplorare la città in bici. Apprezzo sia le zone urbane che le zone verdi ma preferisco le seconde perchè ci sono meno macchine.

3. Come ti senti dal punto di vista emotivo quando passi molto tempo seduto o a casa?

Avverto molti problemi legati alla sedentarietà sulla mia persona. Quando passo tanto tempo a casa mi sento debole e poco contento. Inoltre stando troppo a casa mi sento isolato, Trovo benefico passare tempo all'esterno soprattutto praticando attività fisica.

Sezione 2: Indagare sull'interesse verso l'ambiente esterno

1. Quando sei in giro per un'altra città su quali aspetti ti concentri di più?

Do grande importanza all'aspetto sociale, non importa dove ma con chi.

2. Conosci la storia e cultura della tua città?

No. (non interessato)

3. Ci sono leggende o racconti locali delle zone dove vivi? Me le racconteresti? Come le hai scoperte?

No, non ne conosco.

4. Ti interesserebbe saperne di più? Perché?

Sì, mi piacerebbe esplorare luoghi poco accessibili se ci fosse la leggenda che siano infestati o siano legati a qualche tematica fantastica. tuttavia mi piace che l'esplorazione sia casuale e non strutturata: la trovo più divertente e non apprezzo che la mia esperienza sia troppo dettata dall'esterno. (serendipità)

5. Quali sensazioni provi quando passa del tempo in natura? Quali sono gli aspetti che preferisci?

Sono più felice e mi sento meglio. Socialità.

6. Sei a conoscenza di percorsi naturalistici nella tua zona? Sono facilmente raggiungibili? Perché? Come li hai scoperti?

Sì, a Milano mi è comodo spostarmi, anche in bici, raggiungo facilmente questi posti.