



Con il patrocinio dei cinque comuni
del Patto d'Area della Destra Adige
Lagarina

LA SALUTE CAMMINA CON I BASTONCINI

L'ASSOCIAZIONE NORDIC WALKING ARCOBALENO PROPONE

CORSO BASE DI NORDIC WALKING ITINERANTE

Aperto a tutti, adulti e bambini senza limiti di età

Lezioni itineranti lungo i sentieri che attraversano i cinque comuni del Patto d'Area della Destra Adige Lagarina. In cammino alla scoperta del nostro territorio.

2 LEZIONI DI AVVICINAMENTO ALLA TECNICA NORDIC WALKING

5 LEZIONI IN CAMMINO CON PARTENZA DA OGNUNO DEI CINQUE COMUNI

NORDIC WALKING un esercizio facile, naturale, adatto a tutti, che porta numerosi benefici per la salute, ci permette di migliorare la forma fisica ed il nostro stile di vita. Perché ogni passo allunga la vita

Le prime due lezioni si svolgeranno al parco del comune di Villa Lagarina

PRIMA LEZIONE SABATO 9 MARZO ALLE 16

COSTO DELL'INTERO CORSO € 50, bambini sotto i 14 anni gratis

TUTTI GLI INCONTRI SARANNO IL SABATO ALLE 16

Per info e adesioni **Paola 3493701106** paolacomper@virgilio.it

i bastoncini verranno messi a disposizione dall'istruttore



Comune di Isera



Comune di Nogaredo



Comune di Villa Lagarina



Comune di Nomi



Comune di Pomarolo