

NORDIC WALKING SPIRIT

WWW.NORDICWALKINGSPIRIT.COM



FOPPOLO

NORDIC WALKING VITALITY PARK

TUTTI I GIOVEDI'

DAL 7 LUGLIO AL 25 AGOSTO

NATURA E FITNESS

CON IL NORDIC WALKING

Attività di benessere basata sulla tecnica nordic walking.

Una camminata per mantenersi in forma, fare movimento unendo gli esercizi di ginnastica posturale e stretching, immersi nella natura nel rilassante percorso del Vitality Park.

ORARI DELLE USCITE:

1 uscita: ORE 10.00 (durata dell'uscita h.1.30)

2 uscita: ORE 15.30 (durata dell'uscita h.1.30)

3 uscita: ORE 18.00 (durata dell'uscita h.1.30)

Le uscite si svolgono con un minimo di 2 partecipanti.

Il costo dell'uscita a persona è di euro 10,00 compreso l'utilizzo degli specifici bastoni da nordic walking.

E' consigliato un abbigliamento e scarpe sportive adatti alla stagione.

Ritrovo presso la Casetta dello sci nordico (loc. Convento)

DURANTE LA STAGIONE ESTIVA E' POSSIBILE ORGANIZZARE CORSI DI DIVERSE TIPOLOGIE E LIVELLI: (prenotazione obbligatoria)

USCITA SINGOLA una sola uscita della durata di h.1.30, con introduzione ai primi movimenti del nordic walking

CORSO BASE durata del corso 3gg ogni uscita di h.1.30

SPECIALE FAMIGLIE

durata del corso 3gg ogni uscita di h.1.30

CORSO WEEK-END corso base intensivo della durata di gg 2

Sabato due uscite matt. Dalle 10.00-11.30 Pomer. 16.30-1800

Domenica un'uscita dalle 10.00-11.30



Per informazioni:

- Istruttore 339.4314479

- La Casetta dello sci nordico

- Pro loco Foppolo

Official
Partner

