

CORSO DI NORDIC WALKING



TREKKINGITALIA

Associazione Amici del Trekking e della Natura
Sezione regionale dell'Emilia-Romagna



Il corso ha una durata di tre lezioni pratiche che si terranno:

Venerdì 19 ottobre ore 17:45

Lunedì 22 ottobre ore 17:45

Lunedì 29 ottobre ore 17:45

al Parco delle Aquile Randagie
(capolinea bus 27 via Genova)

Prenotazione obbligatoria entro il 13 ottobre

- La durata delle lezioni sarà di un'ora e mezza circa.
- Al termine delle prime due uscite tutti saranno in grado di muoversi correttamente in modo autonomo.
- Tra la seconda e la terza lezione, ciascun partecipante dovrà praticare il Nordic Walking autonomamente.
- Dopo il corso, verranno proposte ulteriori uscite collettive comunicate tramite mail e WhatsApp ai partecipanti.
- Bastano una comoda tuta ed un paio di scarpe di ginnastica

INFORMAZIONI PRATICHE

- Il corso è tenuto da Pierluigi D'Alfonso, Istruttore Nazionale qualificato CONI.
- Si terrà con un minimo di 5 e un massimo di 10 partecipanti.
- Il costo del corso è di 55€ comprensivo di assicurazione e utilizzo dei bastoncini

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

È possibile iscriversi per mail bologna@trekkingitalia.org o telefonando in sede al 051 222 788.

Pagamento in contanti presso la sede, con bonifico su c/c bancario IBAN IT44L 03359 01600 10000 0079706, oppure c/c postale n° 35759521 intestati a "Trekking Italia sezione Emilia-Romagna" indicando nella causale **Corso di Nordic Walking**. Mandare la ricevuta del versamento via fax (051/2965990) o via e-mail se il pagamento è fatto on-line.

TREKKING ITALIA, SEZIONE DELL'EMILIA-ROMAGNA

Via dell'Inferno 20/b 40126 Bologna – Tel. 051-222788 Fax 051-2965990 – E-mail bologna@trekkingitalia.org

La sede è aperta dal lunedì al venerdì ore 15,30 – 19,30 – martedì, giovedì 10,00 – 12,00

