



CORSO DI NORDIC WALKING - SAMONE

a cura dell'ASD Nordic Walking Andrate

E' un'iniziativa per la promozione dell'attività fisica, promossa dal Comune di Samone, in collaborazione con Comune di Salerano, ASL TO 4, Associazione Sportiva Dilettantistica Nordic Walking Andrate e Comitato di Ivrea e Canavese UISP.

L'invito è rivolto a persone, che desiderano svolgere un esercizio fisico costante, all'aria aperta, sicuro e salutare.

L'attività è consigliata a tutti coloro che - indipendentemente dall'età - vogliono adottare uno stile di vita più attivo e imparare un nuovo modo di muoversi in ambiente naturale.

La pratica del Nordic Walking richiede un breve corso di avvicinamento di quattro lezioni per acquisire la tecnica.



INFORMAZIONI ED ISCRIZIONI:

ASD NW ANDRATE:

tel. 334 6604498

e-mail: scuolanordicwalking@viviandrate.it

COMUNE DI SAMONE:

tel. 012553908 (martedì e giovedì, ore 9-12/13-16)

e-mail: contattaci@comune.samone.to.it

area sportiva di Samone

sabato 14, 21, 28 maggio e 11 giugno 2016

dalle ore 15 alle 17

costo: 25 euro (corso) + 5 euro (tessera assicurativa UISP)

Per l'iscrizione occorre presentare il certificato medico di idoneità per attività fisica non agonistica
