

RESTARE SANI E ATTIVI!

CORSO BASE DI NORDIC WALKING

Lo sport dinamico e completo praticabile
da tutti dal livello base a quello sportivo e
soprattutto all'aria aperta

**4 INCONTRI
PER APPRENDERE LE BASI TECNICHE DELLA
DISCIPLINA E COMINCIARE A PRATICARLA
DALLE 9:30 ALLE 11:30 A CHIETI
SCALO, CAMPUS UDA**



SCUOLA ITALIANA
NORDIC WALKING

**Il corso sarà
tenuto da istruttori
della Scuola
Italiana Nordic
Walking**

RAGGIUNGI I TUOI OBIETTIVI!

**MIGLIORA LA TUA POSTURA, ACCRESCI
LA TUA COORDINAZIONE , RICONQUISTA
LA TUA MOBILITÀ E TONIFICA LA TUA
MUSCOLATURA.**

**GLI APPUNTAMENTI
AL SABATO
DATE: 8, 15, 22 E 29
OTTOBRE 2022**



**ESAME FINALE CON ATTESTATO
DI PARTECIPAZIONE**

**COSTO
€ 50 CON I BASTONCINI
FORNITI DAGLI ISTRUTTORI**

**INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI
FABRIZIO 335 59 95 995
FRANCESCA 335 758 9738**

ORGANIZZAZIONE



il grande faggio