



Nordic Walking Day

viverbene.swiss
nordic sports

evento aperto ai Soci, loro famigliari e simpatizzanti

Ti piacerebbe rinfrescare le tue nozioni di Nordic Walking e coinvolgere famigliari ed amici alla scoperta dell'interessante e salutare metodo ALFA ? Ecco l'occasione giusta...con il Nordic Walking Day !

Le sessioni da 90 min. sono distribuite sull'arco della giornata, un po' di teoria e tanta pratica con la possibilità facoltativa di vedersi in video correzione.

Condividi, scegli e prenota la fascia oraria che preferisci.

In omaggio per tutti i partecipanti...un pratico e simpatico gadget.

Quando	domenica 3 ottobre 2021	Necessario	- bastoni da Nordic Walking - scarpe da Nordic Walking - abbigliamento adatto
Fasce orarie	a) dalle 08.30 alle 10.00 b) dalle 10.30 alle 12.00 c) dalle 13.30 alle 15.00 d) dalle 15.30 alle 17.00 e) dalle 17.30 alle 19.00	Costo	CHF 35.-- a persona
		Inclusi	- lezione gruppo da 90 min. - video correzione (facoltativa) - ev. noleggio bastoni da NW
Dove	Savosa - Parco Vira	Esclusi	- trasporto sul posto - non citati
Ritrovo	15 min. prima dell'inizio, ingresso del parco dal lato NORD - Via Vira 9	Iscrizioni entro	30 settembre 2021
		Iscrizioni e info	secondo indicazioni oppure via Whatsapp a Sandro +41 (0)78 796 06 17
N° Partecipanti	minimo 1 - massimo 6 per ogni fascia oraria	Pagamento	a inizio lezione (a contanti)
Meteo	asciutto - pioggia leggera	Assicurazione	privata infortuni obbligatoria