

# INCONTRI SETTIMANALI DI NORDIC WALKING

CALENDARIO  
GENNAIO - MARZO

viverbene.swiss  
nordic sports

## Martedì 14.00 - 15.30/15.45

GRUPPO POMERIGGIO ("ISGP")

DATE	PERCORSI	LUOGHI DI RITROVO
12 gen.	Canobbio "Davesco"	P. Centro "Al Maglio"
19 gen.	Cureglia "Porza"	P. Chiesa
26 gen.	Tesserete "Ponte Capriasca"	P. Centro Sportivo
2 feb.	Ruvigliana "Albonago"	P. Parco San Michele
9 feb.	Comano "San Bernardo"	P. Via Prospò
23 feb.	Lamone "San Zeno"	P. Chiesa
2 mar.	Cureglia "Brè"	P. Paese
9 mar.	Muzzano/Agno "Viglio"	P. Campeggio TCS

## Martedì 18.15 - 19.45/20.00

GRUPPO SERA ("ISGS")

DATE PERCORSI LUOGHI DI RITROVO

LA PROPOSTA "GRUPPO SERA"  
RIPRENDE NUOVAMENTE  
DA FINE MARZO 2021

viverbene.swiss  
nordic walking

## Giovedì 09.45 - 11.45/12.00

GRUPPO MATTINO ("ISGM")

DATE	PERCORSI	LUOGHI DI RITROVO
14 gen.	Canobbio "Cadro"	P. Centro "Al Maglio"
21 gen.	Tesserete "Matro Rotondo"	P. Centro Sportivo
28 gen.	Origgio "San Zeno"	P. Casa Comunale
4 feb.	Muzzano/Agno "Gentilino"	P. Campeggio TCS
11 feb.	Dino "Lugaggia"	P. Ex Stazione Tram
25 feb.	Tesserete "Bigorio"	P. Centro Sportivo
4 mar.	Ponte Capriasca "Sala Capriasca"	P. Via Sabbione "4"
11 mar.	Arosio "Cademario"	P. Grotto Sgambada

**NB. L'attività di Nordic Walking Viverbene è ANNUALE**, pertanto il presente calendario viene costantemente aggiornato.

**NB. Le mete sopra illustrate sono indicative:** modifiche ai percorsi sono possibili a seconda delle condizioni meteo, dei partecipanti ai gruppi o altri fattori.

**NB. Gli orari di fine incontri sopra esposti sono indicativi**, in quanto soggetti alle variabili delle condizioni meteo, dei partecipanti ai gruppi, dei percorsi o altri fattori.

### Informazioni e iscrizioni (anche on line):

www.viverbene.swiss info@viverbene.swiss  
tel. +41 (0)91 940 28 32 cell. +41 (0)78 796 06 17  
Viverbene centro della salute  
Via Sonvico 8 - CH-6952 Canobbio/Lugano

### Responsabile attività:

Sandro Taddei - s.taddei@viverbene.ch  
Monitore esa: Allez Hop, SNO, TicinoSentieri  
(con Allez Hop: certificazione QualiCert per  
rimborsi da alcune Casse Malati, Complementari)

### Attività affiliata a:

