



NORDIC WALKING 2023

CALENDARIO APRILE-GIUGNO

viverbene.swiss
nordic sports

Una Primavera ricca di proposte, scegli gli eventi che ti interessano...**RISERVA LE DATE !**

● SABATO 29 APRILE

"MELIDE - CARONA...VISTA LAGO" - evento aperto a tutti

Un paesaggio lacustre mozzafiato attraverso i caratteristici nuclei di Morcote e Carona. A pochi passi dalla città...un'escursione di giornata a contatto con la natura, dove godere il piacere dei meravigliosi colori primaverili al "Parco Scherrer" e la vista sul Lago Ceresio.

● VENERDÌ SERA, 5 MAGGIO - evento aperto ai soci, loro familiari e simpatizzanti

"CAPANNA ALPE BOLLA nordic walking e cena...al chiar di luna"

Nordic Walking e cena in Capanna...al chiar di luna - ca. dalle ore 18.00 alle 23.30

● DOMENICA 14 MAGGIO - evento aperto ai soci, loro familiari e simpatizzanti.

"COMANO RUN...anche in nordic walking"

La simpatica manifestazione che avvicina chi corre a chi cammina Nordic Walking.

● MERCOLEDÌ 24 MAGGIO (ca. dalle ore 18.00 alle 19.00) - evento aperto a tutti

SERATA INFORMATIVA "Sport in salute...praticarlo con il cuore"

Come praticarlo al meglio e in sicurezza per la salute, controllando preventivamente il sistema cardiovascolare. Una serata informativa sui test di diagnosi cardiopolmonare. Presso ViverbeneCardio, relatore Ph.D Antonello Molteni - **Rinfresco finale offerto.**

● SABATO 27 MAGGIO - evento aperto ai soci, loro familiari e simpatizzanti

"ALTO MALCANTONE...due percorsi di Nordic Walking"

Due percorsi...uno corto ed uno lungo, scegli quale preferisci e se vuoi puoi partecipare ad entrambe! Ad unire le due proposte...il pranzo organizzato nel locale tipico della zona.

● LUNEDÌ SERA, 5 GIUGNO - evento aperto ai soci, loro familiari e simpatizzanti

"CAPANNA PAIROLO...al chiar di luna"

Nordic Walking e cena in Capanna...al chiar di luna - ca. dalle ore 17.45 alle 23.45

● DOMENICA 25 GIUGNO - evento aperto a tutti

"CANTINE DI GANDRIA...lungo fiume e bordo lago"

Una giornata di Nordic Walking in compagnia del fiume Cassarate e del lago Ceresio. Traversando il lago in battello...alla scoperta di "Cantine di Gandria" e "Museo delle Dogane".

Le info dettagliate di ogni evento, verranno comunicate in seguito. Le attività avranno luogo, **condizioni meteo ed altri fattori permettendo.** Sandro è a disposizione **per qualsiasi informazione o pre-riservazione in merito.**