



# NORDIC WALKING 2023

## CALENDARIO LUGLIO-AGOSTO

viverbene.swiss  
nordic sports

La stagione con le temperature più calde si avvicina e le proposte di questo calendario, un intero week end, una notturna al chiar di luna ed un'intera giornata, sono appositamente pensate per svolgersi a quote più elevate, dove il clima sarà più gradevole, **APPROFITTA...RISERVA LE DATE !**

- **LUNEDÌ SERA, 3 LUGLIO** - evento aperto ai soci, loro familiari e simpatizzanti  
**"CAPANNA SAN LUCIO...al chiar di luna"**  
Nordic Walking e cena...al chiar di luna - ca. dalle ore 18.00 alle 23.45
- **V. S. D. 21-22-23 LUGLIO** - evento aperto ai soci, loro familiari e simpatizzanti  
**"WEEK END IN VAL MALENCO...Nordic Walking ai piedi del Pizzo Scalino"**  
Un week end di Nordic Walking avvolti in una spettacolare cornice montana, con note di cultura locale, conoscenza del territorio, gastronomia tipica ed altro ancora.
- **SABATO 29 LUGLIO** - evento aperto a tutti  
**"MESOLCINA E SAN BERNARDINO...sentieri d'estate"**  
Paesaggi e sapori di montagna del Canton Grigioni a soli 50 minuti di viaggio da Lugano, per trascorrere una giornata di Nordic Walking in compagnia e scoprire la famosa località turistica di San Bernardino che promette un completo rinnovamento.
- **DOMENICA 6 AGOSTO** - evento aperto a tutti  
**"NORDIC WALKING DAY...apprendere, perfezionare e camminare"**  
Una proposta offerta di mattino e/o di pomeriggio a scelta; entrambe di due momenti ...prima si apprende o perfeziona, poi si pratica in escursione lungo un piacevole percorso. L'occasione giusta per scoprire o perfezionare il Nordic Walking con il metodo ALFA ...salutare, coinvolgente ed adatto a tutti - **Gadget in omaggio per tutti i partecipanti.**

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.**