



NORDIC WALKING 2022

CALENDARIO GIUGNO-LUGLIO

viverbene.swiss
nordic sports

Un calendario ricco...per tutti i gusti ! Scegli gli eventi che ti interessano e...**RISERVA LE DATE !**

- **GIOVEDÌ SERA, 2 GIUGNO** (ca. dalle ore 18.00 alle 19.00) - evento aperto a tutti
SERATA INFORMATIVA "Nordic Walking in salute...camminare 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.
- **LUNEDÌ SERA, 13 GIUGNO** - evento aperto ai soci, loro familiari e simpatizzanti
"CAPANNA SAN LUCIO...al chiar di superluna"
Nordic Walking e cena in Capanna...al chiar di superluna - ca. dalle ore 18.00 alle 23.45
- **DOMENICA 26 GIUGNO** - evento aperto ai soci, loro familiari e simpatizzanti
"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".
- **DOMENICA 10 LUGLIO** - evento aperto ai soci, loro familiari e simpatizzanti
"AROSIO...due percorsi e momenti conviviali 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.
- **GIOVEDÌ SERA, 14 LUGLIO** - evento aperto ai soci, loro familiari e simpatizzanti
"VETTA MONTE BRÈ...al chiar di superluna"
Nordic Walking e cena al Ristorante Vetta...al chiar di superluna - ca. dalle ore 18.00 alle 23.45
- **DOMENICA 24 LUGLIO** - evento aperto ai soci, loro familiari e simpatizzanti
"CADEMARIO - VERNATE...panorama su Vedeggio e Malcantone"
Un'immersione nella meravigliosa natura del Malcantone, Nordic Walking attraverso sentieri collinari nei boschi, alla scoperta dei caratteristici nuclei di Iseo, Vernate e Cimo.

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