

CORSO DI NORDIC WALKING AL PARCO DEL CONERO 11 e 18 APRILE

La Forestalp Natura in Movimento di Sirolo, attraverso i propri Istruttori di Nordic Walking abilitati e riconosciuti in Italia dall'ANWI Associazione Nordic Walking Italia, promuove un Corso di Nordic Walking al Parco del Conero. Il Nordic Walking consiste nel camminare con un paio di bastoncini appositamente studiati per questo sport ed è definito la migliore invenzione finlandese dopo la sauna. Un modo naturale e molto efficace per migliorare la propria condizione fisica e per tonificare la muscolatura del proprio corpo indipendentemente dall'età e dalla preparazione fisica. Imparare la tecnica corretta è fondamentale per poter godere di tutti i benefici che la camminata nordica può offrire. Partecipare alle lezioni organizzate dagli Instructor ANWI con il Certificato internazionale dell'INWA (International Nordic Walking Federation), dell'organizzazione ufficiale mondiale di questa disciplina, è il miglior modo per cominciare. Al termine di questo corso, chiamato "Corso Nordic Walker", un appassionato avrà già un'idea chiara su che cosa include il mondo del Nordic Walking, acquisirà il Diploma e il titolo "Nordic Walker" e per poter cominciare a praticare quest'attività autonomamente.

Domenica 11 aprile ore 9.00 Corso Base 1

Domenica 18 aprile ore 9.00/17.00

Corso Tecnica 1 e Tecnica 2

Consegna dei Diplomi di Nordic Walker

COSTI

Pacchetto Corso completo con rilascio di Attestato di Nordic Walker ANWI (Associazione Nordic Walking Italia)

Corso Base + Tecnica 1 + Tecnica 2: € 54,00

Solo Corso Base € 20,00

**Info e Iscrizioni
Forestalp
Soc. Coop.
Via Peschiera
30/A
Sirolo
Telefono
071 9330066**

Forestalp

ANWI
Associazione Nordic Walking Italia

