



Corso di Nordic Walking

6/7 agosto Valcava

L'ultima tendenza in fatto di camminata sportiva, per un nuovo spettacolare connubio tra uomo, natura e benessere.

- Divertente
- Rilassante
- Salutare
- Benefici all'apparato cardiocircolatorio
- Fa bruciare grassi
- Rafforza le articolazioni e il tono muscolare

Il corso è
sviluppato in
3 lezioni
di **2h30**

Costo
del corso
75,00 €



Lezioni corso: **Sabato 6 agosto** dalle 15.00 alle 17.30

Domenica 7 agosto dalle 9.30 alle 12.00 e dalle 15.00 alle 17.30

I bastoncini verranno forniti da noi per l'intera durata del corso

Per info ed iscrizioni: **Marco Colombo**
Cell. 347-8954129

Sito internet:
www.NordicWalkingLombardia.it

Email:
info@nordicWalkingLombardia.it



E con il patrocinio di: **COMUNE DI TORRE DE' BUSI**
(Provincia di Lecco)

