

NORDIC WALKING



Il CEAS di Nuoro, in collaborazione con l'Associazione Italiana Nordic Walking di Nuoro, promuove attività di Passeggiata Nordica con importanti corsi e presentazioni a tutti i livelli (benessere, fitness, sport) con l'intento di fare conoscere le potenzialità di questa disciplina, che incontra sempre più i favori da parte della gente, indipendentemente dall'età e dalla condizione fisica.

In quest'ottica, la giornata del 1 settembre 2010 vuole essere per tutti gli interessati una camminata all'aria aperta al Monte Ortobene, dove si potranno godere stupendi e suggestivi paesaggi immersi nella natura selvaggia e incontaminata.

Seguiti da personale molto specializzato, sarà così possibile migliorare la propria tecnica, visitando nuovi luoghi e passando una giornata immersi nella natura, in compagnia di altre persone.

L'itinerario previsto si snoderà tra la fitta foresta di lecci e i meravigliosi graniti modellati dal vento. Sarà possibile nei momenti di sosta godere di bellissime vedute e panorami suggestivi.

Organizzazione: CEAS Nuoro-Nordic Walking Nu

Data: mercoledì 01 settembre 2010

Orario della partenza: ore 18:00

Durata del percorso: 4 ore

Attrezzatura necessaria: bastoncini da Nordic Walking, pilette frontali per escursione notturna, zainetto con acqua e dotazioni personali

Luogo dell'incontro: Chiesa della Solitudine

Chi conduce l'attività: 2 istruttori specializzati dell'Associazione Italiana Nordic Walking Nuoro;

Partecipanti previsti: 20 (trenta)

Quota Iscrizione: € 15,00

Scadenza Iscrizioni: 30 agosto 2010

Per informazioni: Angelo Corda 3474607861- Gianluca Cacciotta 3200940906

Prenotazione Web: è sufficiente scrivere "il sottoscritto nome e cognome numero di cellulare, chiede di prenotare un posto per percorso Nordic Walking Redentore 2010" a info@alternatura.it Redentore 2010

Prenotazioni: spedizione scheda tramite fax 0784 189 0 412 o mail info@alternatura.it

NOTA: Ai partecipanti verrà offerto un rinfresco biologico e regalata una maglietta e una bandana della manifestazione.



aderiamo a



4 SETTEMBRE 2010