



A partire dal 13 settembre

saranno attivi i corsi di Nordic Walking.

Il Nordic Walking è uno sport adatto a tutti che si pratica all'aria aperta, è divertente e poco costoso.

Per i pazienti del C.U.R.I.A.M.O. non costerà nulla, grazie alla disponibilità dei tre istruttori qualificati.

I corsi si svolgeranno con ritrovo nel piazzale antistante al centro C.U.R.I.A.M.O., nei seguenti orari:

Gruppo Vincenzo Besti

Martedì e Venerdì 15:30 - 17

Gruppi Marco Chionchio e Cristina Aiello

Lunedì e Giovedì 14 - 15:30

Mercoledì e Sabato 14 - 15:30

**Per partecipare chiedete informazioni
in segreteria.**

Come abbigliamento vi consigliamo delle scarpe da trekking o da corsa, inizialmente i bastoncini saranno forniti dagli istruttori.