



**BENESSERE, SPORT E RELAX
CON IL NORDIC WALKING E LA
CAMMINATA BENESSERE A BRESCIA**

NORDIC BRESCIA ASD è una Associazione Sportiva dilettantistica affiliata ASI, nata da un gruppo di istruttori qualificati della Scuola Italiana di Nordic Walking (SINW). Il nostro obiettivo è promuovere il Nordic Walking e la Camminata Benessere a Brescia con Corsi, Walking Training, allenamenti, partecipazione ad eventi e manifestazioni per far conoscere ad un maggior pubblico possibile questa semplice e, nello stesso tempo, salutare disciplina sportiva.

Tutti gli istruttori partecipano periodicamente ai corsi di aggiornamento tecnico della SINW oltre a sessioni interne di verifica sulle metodologie di insegnamento.



ALLENAMENTI BASE

ALLENAMENTI DI Marzo 2024

Mercoledì 06 marzo	Mompiano - Parco Nikolajewka https://maps.app.goo.gl/38tuVa2qwTrxbfgJ9
Mercoledì 20 marzo	Parco Tarello, ingresso via Sostegno
Orario	Dalle ore 19,15 alle ore 20,30
Tempo:	1,15 h circa
Attrezzatura:	Bastoncini da Nordic Walking facoltativi
Prezzo:	compreso nella quota di tesseramento
Per prenotarsi	Obbligatorio prenotare l'uscita sul link dedicato inviato nella newsletter. Ulteriori informazioni al 333 5255655 o a info@nordicwalkingbs.com
Note	In caso di pioggia l'allenamento verrà annullato



**BENESSERE, SPORT E RELAX CON IL NORDIC WALKING E LA
CAMMINATA BENESSERE**

L'allenamento serale è un momento perfetto per praticare con costanza il Nordic Walking e migliorare la tecnica. Inoltre, è un'occasione per sfruttare anche i benefici della camminata senza bastoncini, con un gruppo affiatato e amichevole.

La partecipazione è riservata e gratuita per tutti gli iscritti.



SCUOLA ITALIANA®
NORDIC WALKING

