



La Camminata del Benessere

Wellness Nordic Walking

Domenica 12 novembre 2017 - Mattina

Marola di Carpineti - Medio Appennino Reggiano

Una facile passeggiata sui sentieri di Marola, tra storia e natura, in compagnia degli istruttori e guide Daniela e Roberto. Vieni a scoprire i molteplici benefici per la salute della camminata nordica. Un efficace esercizio fisico per ritrovare il proprio benessere ed uno stile di vita in armonia con se stessi e con la natura. Un'ottima occasione per migliorare ed approfondire la tecnica.

La camminata si esaurisce nella mattinata, ed al termine chi vuole può fermarsi per un momento conviviale in trattoria locale.



PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA

Per informazioni ed iscrizione:

Roberto 348 7915178 - Daniela 339 5322488 - info@incia.coop

Primo ritrovo: **ore 8.20** parcheggio Farmacia di Puianello di Quattro Castella.

Secondo ritrovo: **ore 9.00** in Piazza Giovanni da Marola, Marola di Carpineti.

Spostamento con mezzi propri

Costo: euro 10 - Indossare abbigliamento da camminata/escursione.

In collaborazione con:

