

06 Febbraio 2021 – Torino – Corso Certificato Metodo Maurizio Damilano

Regione: Piemonte

Sabato 06 Febbraio 2021 avrà inizio il corso certificato di Fitwalking, metodo Damilano, tenuto dall'istruttrice abilitata Anna Federico.

Il corso si svolgerà con lezioni a cadenza **settimanale** il sabato **dalle 09:30 alle 10:45**.

Le lezioni si terranno presso il Parco Ruffini (punto di ritrovo v.le Hugues, 10 -10141 Torino – ingresso Stadio Primo Nebiolo).

Quota di partecipazione € 100,00 comprensiva di:

- 10 lezioni (compresa la lezione di prova)
- Due test di funzionalità cardiocircolatoria
- Tessera associativa
- T-shirt tecnica
- Attestato di partecipazione

Per partecipare al corso è necessario essere in possesso di certificato medico valido per la pratica sportiva non agonistica.

Il corso si terrà con un minimo di **2 partecipanti massimo 10 partecipanti**.

Il corso è per principianti ed è rivolto a tutti coloro che hanno piacere di svolgere attività fisica, sportiva e socializzante in modo graduale e appagante.

Per ulteriori informazioni:

cell. 340.4174340 Anna Sabrina Federico

e-mail: infocrazywalkers@gmail.com