

NUOVI CORSI BASE CERTIFICATI METODO MAURIZIO DAMILANO

PARCO RUFFINI (TO)

Il mercoledì dalle ore 18,30 alle ore 19,45 circa;
prima lezione prova **13 settembre 2017** ore 18:30

PARCO DELLA PELLERINA (TO)

Il venerdì dalle ore 18,30 alle ore 19,45 circa;
prima lezione prova **15 settembre 2017** ore 18:30

- il corso comprende **10 lezioni** (compresa la lezione prova) + **due lezioni** per recupero assenze della durata di circa 75 min. Ciascuna
- **due test** (uno ad inizio corso come riferimento basale ed uno al termine per valutare i progressi) con cardiofrequenzimetro (fornito dall'istruttore) per l'individuazione della **funzionalità cardiocircolatoria** e l'*identificazione del grado sportivo Fitwalking*; i dati verranno inviati alla sede MAP Italia srl (centro nazionale fitwalking) che provvederà alla elaborazione ed alla restituzione degli stessi su formato digitale inviato all'iscritto.
- **Attestato partecipazione** fine corso firmato dai fratelli Damilano e dall'istruttore del corso.
N.B. La prima lezione è libera e da considerarsi come prova

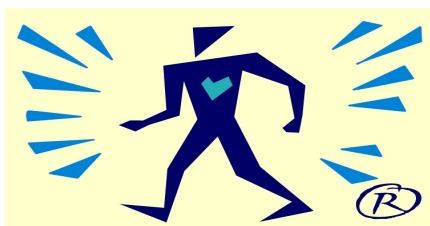
COSTO COMPLESSIVO: euro 100,00

(cifra fissa stabilita a livello nazionale per i corsi certificati metodo Maurizio Damilano)

Nella quota, CamminaTorino include:

- copertura assicurativa (valida 365 gg. dal momento dell'iscrizione)
- partecipazione alle iniziative extra proposte dall'istruttore
- **t-shirt tessuto tecnico con logo Fitwalking – CamminaTorino**

n.b. È necessario il certificato medico per attività non agonistica



Gruppo

FIT WALKING

CamminaTorino

cell. 328 2123892 info@camminatorino.it
<https://www.facebook.com/CamminaTorino/>