



BUONI PROPOSITI PER LA PRIMAVERA: *Iscriversi al corso di Fitwalking, la camminata sportiva per tutti* **INIZIO CORSO LUNEDÌ 2 MAGGIO 2022**

Il corso base di Fitwalking, la camminata sportiva per tutti si svolge in 10 lezioni pratiche della durata di circa 1 ora.

Si apprenderà, con la guida di un Istruttore abilitato, la tecnica del Fitwalking per la camminata sportiva adatta a tutti

COSA ASPETTI? VIENI A PROVARE ANCHE TU!

A Trezano

DATE E ORARI:

LUNEDÌ dalle ore 15,30 alle 16,30 MERCOLEDÌ dalle ore 15,30 alle 16,30 VENERDÌ dalle ore 17,30 alle 18,30 con abbigliamento sportivo comodo e scarpe da running.

COSTO:

120€ a persona, da versare prima di inizio corso, con 2 test efficienza con cardiofrequenzimetro fornito dall'istruttore ed elaborazione dati finale.

Rilascio attestato di partecipazione corso "Fitwalking certificato metodo DAMILANO".

L'originale 100% ed unico metodo per l'insegnamento della camminata sportiva!

Ad ogni allievo viene fatta firmare dichiarazione liberatoria di responsabilità.

RICORDA che stai facendo attività sportiva e che **per lo svolgimento del corso è OBBLIGATORIO un certificato medico non agonistico in corso di validità.**



ISTRUTTORE DI FITWALKING ABILITATO 2021
CONTATTO: Istruttore Claudia Parolari tel.351/7410091

Mail: claudiaparolari731@gmail.com
Sito web: vivifitwalking.vivifitwalking.it