

RIVAROLO CANAVESE (TO) - CORSO CERTIFICATO METODO MAURIZIO DAMILANO

Lunedì 8 NOVEMBRE 2021 avrà inizio il Corso Base di Fitwalking, metodo Damilano, tenuto da MARIO VOLPE.



Il corso certificato metodo Damilano:

- si svolgerà con 2 lezioni a cadenza SETTIMANALE per 5 SETTIMANE CONSECUTIVE:

Da LUNEDÌ 8 NOVEMBRE tutti i LUNEDÌ' e i MERCOLEDÌ' dalle ore 18,30 alle ore 19,45 termineranno SABATO 11 DICEMBRE.

Luogo: Parco Giochi di Pasquaro Frazione di Rivarolo Canavese (Torino)

- consisterà in 10 lezioni (1:15' ora circa) comprendenti 2 test di efficienza cardiocircolatoria

- quota di partecipazione: €100 (versamento unico alla prima lezione)

+ €20 tesseramento obbligatorio.

NB: per partecipare al corso è necessario:

1. essere in possesso di certificato medico valido per la pratica sportiva non agonistica. L'istruttore è a disposizione per indicare un centro medico di fiducia per l'effettuazione delle visite per attività agonistiche e non;
2. essere soci dell'ASD NEWNORDICWALKING ha dei vantaggi
3. Sconti con negozi associati per articoli sportivi e tecnici.

PER INFORMAZIONI: mario.fox@newnordicwalking.it

cellulare 366.209.73.44