



## CARICHI PER L' AUTUNNO?

*Iscriviti al corso di Fitwalking, il cammino sportivo per tutti*

**PROVA GRATUITA sabato 5 NOVEMBRE 2022 ore 9**

Il corso base di Fitwalking, il cammino sportivo 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

## COSA ASPETTI?

**AL CAMPO SPORTIVO DI ROÈ VOLCIANO, PISTA ATLETICA**

**DATE E ORARI:**

nei giorni **MERCOLEDÌ ore 18/19 e SABATO ore 9/10**  
con abbigliamento sportivo comodo e scarpe da running.

**COSTO:**

120€ a persona, da versare prima di inizio corso ( +10 euro utilizzo pista ), con 2 test efficienza con cardiofrequenzimetro fornito dall'istruttore ed elaborazione dati finale..

**L'originale 100% ed unico metodo per l'insegnamento del cammino sportivo!**

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.**