

A.S.D. WALKING PROJECT

organizza al

Parco La Mandria

corso di fitwalking

2018/19

dedicato a coloro che desiderano avvicinarsi al mondo del fitwalking, a chi già pratica la camminata e vuole migliorarsi



Quando? Sabato e domenica mattina dalle ore 10 si inizia **sabato 8 settembre**. Poi... si continua!

Dove? Presso il Parco La Mandria

con ritrovo al Ponte Verde di Venaria Reale, Viale Carlo Emanuele II, 256

Con chi? Un gruppo di Istruttori di Fitwalking coordinati da Claudio Asteggiano: Rosellina Mosconi, Antonello Vizzari e Marco Andreoli coadiuvati da divulgatori ufficialmente riconosciuti.

Percorso? I circuiti misurati e tracciati all'interno della Mandria con distanze 4, 10 e 15km, altri da scoprire assieme

Come? Si inizia in modo molto soft per perfezionare il proprio stile di cammino sino alla possibilità di seguire lo specifico corso e ottenere il massimo riconoscimento: gli attestati del corso certificato metodo Maurizio Damilano.

Obiettivo? Ritrovare la forma, la salute, camminare correttamente, socializzare, ma soprattutto stare bene! E, perché no? Porsi obiettivi ambiziosi.

N.B. L'Attività prettamente legata al FITWALKING è a cura dell'A.S.D. WALKING PROJECT.

I costi, escluso il Corso Certificato Metodo Maurizio Damilano, sono di € 30,00 mensili oltre ad € 20,00 da versarsi una sola volta quale quota associativa annua. Mentre il costo del Corso Certificato è di € 100,00 con stessa procedura per il tesseramento.

Adesioni e info: **389.3110839 / info@walkingitalia.it**



Claudio Asteggiano

