



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.