

LE VALLI COMACCHIESI AL CONFINE CON LE SALINE: UN INEDITO PERCORSO SABATO 2 GIUGNO

Il fascino di un ambiente naturale unico nel suo genere.

Il fascino del tramonto in Valle

Il fascino della camminata con i bastoncini in compagnia di altri appassionati

NOTE ORGANIZZATIVE:

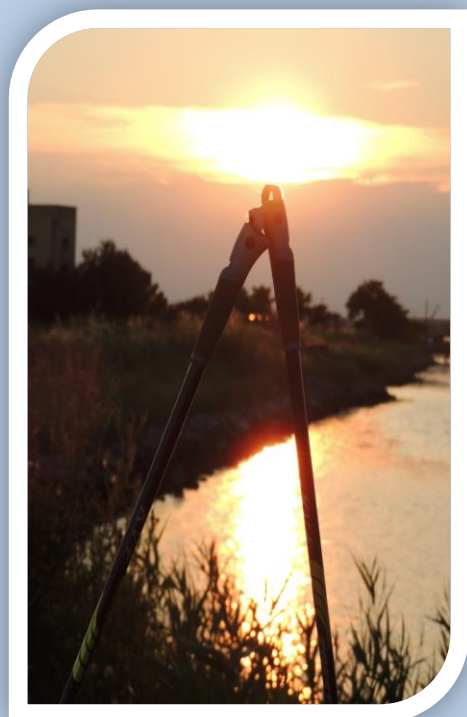
- Lunghezza percorso km 8 circa.
- Ritrovo ore 17,00 presso Residenza Le Saline di Mari M. **via delle salina, 3, 44029 Comacchio FE.**

NOTA: Si tratta di un percorso “nuovo”, non ancora battuto in quanto prevede il passaggio su terreni di proprietà private... Si ringrazia la nostra presidente del Comitato Msp Ferrara Lara Liboni per aver promosso questa tappa, unica nel suo genere!

- Su prenotazione sono disponibili bastoncini da nordic walking

Per info: Francesco: 347/0835343 – Lara 3392896636

Preiscrizioni preferibilmente entro **venerdì 1 giugno ore 15,00 inviando una mail a francesco.1127@libero.it**



DOMENICA 3 GIUGNO

ESSENTIAL SKILLS

1° giornata introduttiva al nordic walking

POSTURA –SPINTA- TECNICHE DI BASE

DOMENICA 3 GIUGNO

PROGRAMMA:

H.9,00 RITROVO E REGISTRAZIONI: BAGNO PRAY
LIDO ESTENSI

H.9,30: BREVE RISCALDAMENTO E PASSEGGIATA
IN SPIAGGIA

H.10,00: TECNICA IN PINETA

H.12,30: RIENTRO E CONSEGNA ATTESTATO DI
PARTECIPAZIONE

OBIETTIVO DEL CORSO: ACQUISIZIONE DI
TECNICHE CORRETTE DI BASE

POSSIBILITA' DI PRANZARE A PREZZO CONVENZIONATO PRESSO BAGNO PRAY

**Il corso è tenuto dall'istruttore Francesco Lazzarini, Direttore Tecnico
Asd Dimensione Nordic Waling e Giudice di gara**

Per info: Francesco: 347/0835343 – Lara 3392896636

**Preiscrizioni preferibilmente entro venerdì 1 giugno ore 15,00
inviando una mail a francesco_1127@libero.it**

