



NORDIC WALKING e FITWALKING

Ovunque e tutto l'anno la tua palestra a cielo aperto!
Benessere, Fitness e Sport per tutti - Divertente - Antistress

Lezioni dimostrative - Corsi base e avanzati
Allenamenti nel weekend e in settimana



Venerdì 8 Novembre ore 18.30

Presentazione del Nordic walking con immagini e video.

Alcuni cenni sulla storia, le caratteristiche e i benefici di
questa nuova disciplina sportiva adatta a tutte le età

A cura del Gruppo Sportivo Comunale Sant'Olcese -

Sezione Nordic Walking

Interverranno Anna Sessi e Ottavio Parodi

Istruttori Certificati della Scuola Italiana Nordic Walking.

Sabato 9 Novembre ore 15

Lezione dimostrativa gratuita nel Parco di Villa Imperiale

per provare il Nordic Walking. Durata 1 ora circa.

Anna, Carla, Mara, Mauro, Ottavio, Stefania
vi aspettano per camminare insieme

Villa Serra di Comago - Marina Genova Aeroporto - Villa Doria Pegli
Porto Antico - Valletta Cambiaso - Villa Duchessa di Galliera Voltri
Parco Serra Groppallo Nervi - Arenzano



www.gscsantolcese.com - walking.gscs@gmail.com

Tel. 3466124281  Nordic walking e Fitwalking GSCS Genova

