

# Tutti i martedì pomeriggio Nordic Walking a Rivarolo Campus del Cammino<sup>®</sup> al Parco Castello Malgrà

*Con la guida degli istruttori del Nordic Walking Andrate*

E' un'iniziativa per la promozione dell'attività fisica, promossa dalla Città di Rivarolo Canavese, in collaborazione con l'ASL TO 4, l'ASD Nordic Walking Andrate e la U.I.S.P Comitato di Ivrea e Canavese.

L'invito è rivolto ai gruppi e alle persone singole che hanno necessità di svolgere un esercizio fisico costante, piacevolmente svolto all'aria aperta, sicuro e salutare, con lezioni di nordic walking ed escursioni.

L'attività è consigliata a tutti coloro che, indipendentemente dall'età, vogliono adottare uno stile di vita più attivo e imparare un nuovo modo di muoversi in ambiente naturale. La pratica del *Nordic Walking* richiede un breve corso di avvicinamento di tre lezioni per acquisire la tecnica di base, compreso nell'abbonamento.

---

**ogni martedì dalle 15.30 alle 17.30**  
**(da aprile a giugno dalle 16,30 alle 18,30)**

## **Costi**

**abbonamento da settembre a giugno: Euro 50 + Euro 10 tessera UISP**

**abbonamento da marzo a giugno: Euro 40 + Euro 10 tessera UISP**

**Si richiede il certificato medico di idoneità all'attività sportiva non agonistica**

**La prima lezione è gratuita, si richiede l'acquisizione  
della tessera UISP al costo di Euro 10.**

---

**Per informazioni ed iscrizioni**  
**334/6604498 - 342/3751117**

**E-mail: [scuolanordicwalking@viviandrate.it](mailto:scuolanordicwalking@viviandrate.it)**