

# SCUOLA NORDIC WALKING ABETONE



## PROGRAMMA ESTATE 2010

### Dal 1 agosto 2010 al 30 settembre 2010:

**Ogni martedì gita Nordic Walking a “LAGO NERO”,** escursione con minicorso di Nordic Walking costo € 15,00 a persona. (difficoltà medio - difficile)(durata 3h,30 circa)

**Ogni giovedì gita Nordic Walking su “LIBRO APERTO”,** escursione con minicorso di Nordic Walking Costo € 15,00 a persona (difficoltà medio - facile)(durata 3h,00 circa)

### **Tutti gli altri giorni è possibile prenotare lezioni di Nordic Walking con piccole escursioni**

Lezione 1 (tecnica base) € 10,00 a persona,

Lezione 2 (tecnica 1) € 10,00 a persona,

Lezione 3 (tecnica 2) € 10,00 a persona.

Corso completo di 3 lezioni € 25,00 a persona.

### EVENTI:

#### **10 AGOSTO 2010**

#### **“CAMMINIAMO VERSO LE STELLE”**

Escursione con minicorso di Nordic Walking al tramonto con rientro in notturna.

Ritrovo ore 17,30 base scuola Nordik Walking (partenza seggiovia Selletta), camminata fino al tramonto sul mote gomito.

Cena al Rifugio la Selletta, rientro sotto le stelle.

Costo € 30,00 a persona.

#### **04 SETTEMBRE 2010**

#### **“NELL’ARIA TERSA DI SETTEMBRE”**

Escursione con minicorso di Nordic Walking, ritrovo ore 8,30 base scuola Nordik Walking (partenza seggiovia Selletta), camminata nei boschi e sui crinali di Abetone, pranzo al Rifugio la Selletta , rientro alla base.

Costo € 30,00 a persona.

**PER INFORMAZIONI: 348-7808465**  
**nordic.walking@skicollegeselletta.com**

A tutti i partecipanti verrà rilasciata tessera associativa

