



Passeggiata gruppo Nordic Walking

Sabato 21 Maggio 2022

Ritrovo ore 8.50

Via San Antonino – Albate (CO)

c/o Pasticceria “Non Solo Dolce”

Quota partecipazione 6€

(Escluso corsisti poiché già compresa nel pacchetto lezioni)

Iscrizione è Obbligatoria entro il venerdì antecedente l'uscita per finalizzare la copertura assicurativa, inviando una mail a segreteria@caicantu.it oppure con whatsapp al n. 3393724143 indicando <uscita nordic walking + Cognome/Nome/data nascita>

Abbigliamento consigliato: di tipo sportivo, scarpe comode da ginnastica o similari (suola NON liscia!), bastoncini da nordic walking, eventuale marsupio o zainetto piccolo che non dia fastidio ai movimenti, MASCHERINA, Gel Igienizzante

L'uscita avrà durata indicativa dalle 9.00 alle 11.00 con anche la salita al Monte GOJ dove faremo una piccola merenda AL SACCO (ognuno porti qualcosa) e poi rientreremo.