



# Nordic Walking

## Sabato 25 Marzo 2023

Ritrovo ore 8.50  
c/o parcheggio Lido di Montorfano

Dal parcheggio del lido di Montorfano andremo in direzione Albate/Val Basca fino alla nuova Polveriera e rientro – tutto lungo sentieri sterrati

Durata escursione circa 2 ore e mezza

Quote:    Soci CAI  7€    Non soci 12€  
Eventuale prestito delle stecchine + 5€

Iscrizione Obbligatoria entro Mercoledì 22 Marzo 2023

*E' consigliato un abbigliamento comodo di tipo sportivo, scarpe da ginnastica o similari (no suola liscia!), bottiglietta d'acqua, kway/antivento, cappellino o bandana, marsupio o zainetto piccolo purché non dia fastidio nei movimenti. Gel igienizzante.*