

NORDIC WALKING EXPERIENCE

**PRIMAVERA, ESTATE e
AUTUNNO 2017**



OSPITI ANNOIATI? NORDIC WALKING PERCHE' NO?

Il punto di forza del Nordic Walking è quello di poter essere praticato in qualunque posto, sui sentieri di montagna, in città, sulla spiaggia, nei parchi, nelle palestre!

LEZIONI DIMOSTRATIVE, CORSI ed ESCURSIONI DI NORDIC WALKING e NON SOLO!

Per partecipare ad una lezione di Nordic Walking non serve altro che abbigliamento e scarpe comodi!

**Perché non proporre questa divertente attività ai vostri ospiti?
Si presta sia a singoli ma anche come attività di coppia,
per gruppi di amici, per famiglie o come team building per aziende.**

**Il Nordic Walking ovvero la tradizionale Camminata Nordica di origine finlandese è un'attività facile, naturale e poco costosa per migliorare la propria condizione fisica, perdere peso e tonificare la muscolatura!
Attività adatta a tutti, che non richiede una preparazione fisica particolare.**

**Le lezioni e/o i corsi possono tenersi direttamente presso la vs struttura ricettiva,
se avete a disposizione un ampio prato in piano.**

**In alternativa è sempre possibile strutturare le lezioni e/o i corsi in ambienti quali:
lago di Montelleri a Vicchio, pista ecoturistica a Borgo San Lorenzo,
lago di Bilancino a Barberino di M.Ilo, la Pineta a Scarperia, il Parco di Villa Demidoff a Vaglia ...**



**Lingue parlate durante le lezioni
italiano e/o inglese di base**



**Le lezioni e i corsi si possono attivare anche per 1 sola persona,
tutti i giorni della settimana!**

1 LEZIONE DEMO = 2 ORE	Per cominciare a camminare con i bastoncini e capire cos'è il Nordic Walking
NUM. PARTECIPANTI	COSTO PROCAPITE incluso noleggio bastoncini specifici per n.w.
1 pax	€ 25/pax
2 pax	€ 20/pax
Da 3 a 6 pax	€ 15/pax
Gruppi numerosi	Prezzo da concordare

oppure

CORSO BASE = 5 ORE	ovvero 2 lezioni - al termine verrà rilasciato ATTESTATO finale di Nordic Walker
NUM. PARTECIPANTI	COSTO PROCAPITE incluso noleggio bastoncini specifici per n.w.
Da 1 a 4 pax	€ 65/pax
Da 5 a 8 pax	€ 55/pax
Da 9 a 12 pax	€ 50/pax

Per informazioni e prenotazioni
Silvia Cassanelli
329 4320795 n.w.mugello@gmail.com
www.nordic-walking-outdoor-mugello.webnode.it

Nordic Walking Experience in Mugello!

