



LA CULTURA DEI 5 SENSI

Sede: Via Principi D' Acaja 23 - 10138 – Torino

Cell. 328 928 1096

E-mail : [info@cibarte.eu](mailto:info@cibarte.eu) Sito: [www.cibarte.eu](http://www.cibarte.eu)

## **SCOPRIAMO INSIEME IL NORDIC WALKING**

**Tecnica di camminata con l' uso dei bastoncini per il benessere del corpo e della mente**

**PRESENTAZIONE DEL CORSO DI NORDIC WALKIN E LEZIONE PROVA GRATUITA  
DI AVVICINAMENTO ALLA TECNICA (prenotazione obbligatoria)**

**I corsi si svolgeranno il mercoledì dalle 17.00 alle 19.00**

**Il venerdì' dalle 18.00 alle 20.00**

**(A richiesta dei partecipanti le lezioni si potranno svolgere anche in orari differenti da concordarsi)**

### **DESCRIZIONE CORSO\***

**Apprendimento della tecnica di base in 3 lezioni della durata di 2 ore ciascuna.**

Abbigliamento necessario: scarpe e tuta da ginnastica, i bastoncini saranno forniti gratuitamente per tutta la durata del corso.

**\*tessera assicurata e certificato medico obbligatori**



### **DOCENTE**

**PATRIZIA TASSAN, Istruttrice Nordik Walking, diplomata presso la Scuola Italiana Nordic Walking, Istruttrice Federale FIDAL "Federazione Italiana di Atletica Leggera"**

**Per informazioni e prenotazioni:**

**MARITA RONZANI**



**328 928 1096 -**



**cibartetorino@gmail.com**

**L' Associazione Culturale CibArte, svolge attività di promozione, diffusione e organizzazione di attività ricreative ed eventi culturali nei settori enogastronomico, sportivo, teatrale, letterario, musicale e artistico per far SCOPRIRE O RISCOPRIRE la voglia nelle persone di nutrire il corpo, la mente ed il cuore attraverso la cultura e le sue mille sfaccettature legate ai 5 sensi. Siamo un gruppo dinamico e sempre aperto ad accogliere con entusiasmo idee e nuovi associati, con la voglia di conoscere, divertirsi e rilassarsi.**