

Circuit de Caminades Saludables 2019



NÒRDIC WALKING

El Nòrdic Walking o Marxa Nòrdica és una disciplina esportiva que aporta nombrosos beneficis per l'organisme.

Si vols aprendre la manera correcta de caminar amb bastons, quins beneficis obtindràs de la seva pràctica i al mateix temps vols descobrir l'entorn i passar un matí divertit i saludable, t'esperem el dissabte 4 de maig a Palol de Revardit!!!

Més informació al web del Consell Esportiu del Pla de l'Estany

www.ceplaestany.cat

Organitza

Amb el suport de

Un projecte de

Patrocinador del Consell Esportiu



4a JORNADA

**PALOL DE
REVARDIT
04/05/2019**

TEMÀTICA

**INICIACIÓ AL NÒRDIC
WALKING**

Horari 10.00 a 12.00h del matí

Sortida i Arribada

**Pàrquing del Castell de Palol de
Revardit**

Inscripcions gratuïtes

**15 minuts abans de l'inici de la
caminada**

Cal portar

**Roba i calçat adequats al
temps i a l'activitat**