

**BOSSICO**

Naturalmente spettacolare

Pro Loco  
Bossico

# NORDIC WALKING . . . LA CAMMINATA DEL BENESSERE

## CORSO BASE 17-22-24 AGOSTO

### DALLE 17,30 ALLE 19,15

**CORSO BASE NORDIC WALKING****COSTO € 55,00****COMPRESIVO DI USO BASTONCINI E  
COPERTUA ASSICURATIVA**

Il Nordic Walking , tradotto in italiano “camminata nordica, è considerato una delle attività sportive (alla portata di tutti) più complete in assoluto.

Adottando la tecnica corretta si riesce ad avere un elevato coinvolgimento muscolare di circa il 90% dei muscoli, un efficace lavoro cardiocircolatorio, si sciogliono le contrazioni nella zona cervicale e molto altro... ottenendo enormi benefici per la propria salute .

SULL'ALTOPIANO DI BOSSICO E' PRESENTE UN  
PARK DI NORDIC WALKING CERTIFICATO DALLA  
SCUOLA ITALIANA DI NORDIC WALKING

**PRO LOCO BOSSICO tel. 035968365**[www.bossico.com](http://www.bossico.com)[info@bossico.com](mailto:info@bossico.com)