



**CORSO DI NORDIK WALKING AL PARCO DI VILLA ADA**  
Corso con spiegazioni e pratica del movimento e tecnica del Nordic  
Walking: corretto uso dei bastoncini, corretta postura del corpo e  
coordinazione motoria.



**Data Escursione:** dal **16-11-2019** al **16-11-2019**

## Tabella Tecnica

Proposta da :	Associazione Camminatori Escursionisti Roma-ACER
Tipologia :	
Dislivello :	m
Ore :	3 ore
Difficoltà :	T
Lunghezza :	km

### Descrizione da definire

**Accompagnatore1:** AEV Galassi Mario

**Cell:** 3391177868

**Accompagnatore2:**

**Cell:**

### Informazioni:

**Nota:** Si ricorda ai partecipanti che è obbligatoria l'esibizione della tessera FederTrek e la trascrizione del numero da parte degli accompagnatori. L'attività proposta può subire cambiamenti a discrezione degli accompagnatori per ragioni sicurezza e di opportunità per il gruppo, pertanto ogni tesserato è tenuto a rispettare le modalità di partecipazione stabilite dagli accompagnatori, seguendo le loro indicazioni. In caso contrario, verrà meno il rapporto di affidamento e, quindi, l'eventuale responsabilità verso chi sceglie percorsi o modalità differenti da quelle indicate.