



# La Camminata del Benessere

## Wellness Nordic Walking per tutti

**Sabato 11 agosto 2018 - Pomeriggio**

**Marola di Carpineti - Medio Appennino Reggiano**

Una facile passeggiata sui sentieri Nordic Walking Slow di Marola, tra storia e natura, in compagnia degli istruttori e guide Roberto e Daniela. Vieni a scoprire i molteplici benefici per la salute della camminata nordica. Un efficace esercizio fisico per ritrovare il proprio benessere ed uno stile di vita in armonia con se stessi e con la natura.



### **PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA**

Per informazioni ed iscrizione:

Roberto 348 7915178 - Daniela 339 5322488

info@incia.coop - www.incia.coop

Ritrovo: **ore 17.00** alla Casa del Pan d'Albero di Marola, Carpineti RE.

Costo: euro 5 - Indossare abbigliamento da camminata/escursione.

Possibilità di provare la tecnica del nordic walking con l'utilizzo dei bastoncini

In collaborazione con:



ASSOCIAZIONE TURISTICA  
**PRO MAROLA®**  
REGGIO EMILIA

