

CAMINADES DE MARXA NÒRDICA

**Millorem la nostra condició física,
perfeccionem la tècnica i
augmentem el nostre benestar,
tot fent esport en grup a l'aire lliure!!**

Contacte:

marxanordicatorrelles@gmail.com
cet@cetorrellenc.cat
www.cetorrellenc.cat
Mòbil 661219555

PREU AL MES:

1 DIA/SET 8€ SOCIS CET
10€ NO SOCIS

2 DIES/SET 13€ SOCIS CET
15€ NO SOCIS

Inclou assegurança.

A càrrec de Montse Roig Pi,
Instructora de Marxa Nòrdica
A Pas de Nòrdic

Organitza



Amb el suport



Ajuntament de
Torrelles de Llobregat

Dimarts de 17.00h a 18.30h

Dijous de 17.00h a 18.30h

Inici: Dimarts 14 de gener

Lloc de trobada: es comunicarà
puntualment.

Per incorporar-se al grup caldrà haver fet
una sessió d'iniciació de marxa nòrdica.

VINE AMB ROBA CÒMODE, CALÇAT
APROPIAT I AIGUA.

SI NO TENS BASTONS TE'LS FACILITEM

Exercicis per practicar, passejades,
caminades...en el millor gimnàs, en plena
natura.