

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Open Day al PAM con Nordic Walking Altomilanese

Marco Tajè · Saturday, January 12th, 2019



L'iniziativa della A.S.D. Nordic Walking Altomilanese è la prima di molte che, nel corso dell'anno, verranno proposte dall'associazione sul territorio legnanese, per diffondere la cultura dello stare bene e in salute camminando.

La camminata nordica è un'attività sportiva adatta a tutti e può essere un ottimo allenamento quotidiano per vincere la pigrizia anche nei mesi più freddi.

Mantenere il corpo in forma significa aumentare le difese immunitarie, ritardare l'invecchiamento cellulare a beneficio di un'importante azione anti-age di mente e corpo. Praticato dai più giovani, può essere uno sport in grado di regalare soddisfazioni agonistiche ancora sconosciute in Italia.

Questa volta, l'occasione di conoscere da vicino l'associazione sportiva legnanese ed i suoi istruttori, si presenta con un Open Day che si terrà nel Parco Altomilanese sabato 19 gennaio, dove i partecipanti potranno comprendere, gratuitamente e senza alcun impegno, da vicino il Nordic Walking e le sue peculiarità.

Per partecipare è gradito comunicare la propria adesione ai seguenti riferimenti: info@nordicwalkingaltomilanese.it – Telefono 0331.1586623 (segreteria) oppure contattando direttamente gli istruttori: Adriana 347 7259886 – Angela 348 4420688 – Elisabetta 347 9798262

Per conoscere inoltre tutte le altre numerose occasioni potete visitare il sito internet www.nordicwalkingaltomilanese.it

oppure seguire la pagina Facebook <https://www.facebook.com/nordicwalkingaltomilanese/>

A.S.D. Nordic Walking Altomilanese

This entry was posted on Saturday, January 12th, 2019 at 9:10 pm and is filed under [Eventi](#), [Legnano](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.

