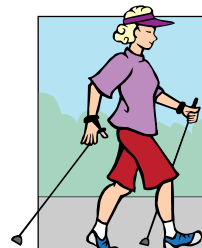


NORDIC WALKING

Il Nordic Walking è un'attività fisica adatta a tutti. Si tratta di una camminata con movimento regolare, impiegando bastoni particolari. Utilissimo per migliorare la condizione fisica.

- INIZIO** lunedì 4 marzo 2024
- ORARIO** dalle 09:30 alle 11:00
- LUOGO** ritrovo per la prima lezione a COMANO
Via Prospro, parcheggio sterrato
- MONITRICE** Alessandra
- TENUTA** abbigliamento e scarpe comode, bastoni personali
- COSTO** CHF 77.00 per il ciclo di 11 incontri/uscite
- PARTECIPANTI** massimo 15 iscritti
- ISCRIZIONI** mediante invio/consegna del tagliando che figura in fondo alla pagina **entro il 15 febbraio 2024**, compilato in tutte le sue parti e firmato
- PAGAMENTO** tramite la polizza consegnata all'inizio del corso



- Gli iscritti saranno avvertiti solo nel caso in cui il corso non venisse organizzato.
- Ogni partecipante deve essere personalmente assicurato contro gli infortuni.
- I giorni di assenza non danno diritto a una riduzione sulla tassa di partecipazione, tranne in caso di periodo prolungato, su presentazione del certificato medico.

| Date lezioni | | | | | |
|--------------|----------|-----------|-----------|--|--|
| | 4 marzo | 8 aprile | 6 maggio | | |
| | 11 marzo | 15 aprile | 13 maggio | | |
| | 18 marzo | 22 aprile | 27 maggio | | |
| | 25 marzo | 29 aprile | | | |



CEDOLA DI ISCRIZIONE

da ritornare a **Centro Diurno ATTE Lugano, Via Beltramina 20A, 6900 Lugano**

Il/la sottoscritto/a _____

Indirizzo completo _____

Tel. _____ Cell. _____ e-mail _____

si iscrive al **Corso di Nordic walking** (lunedì 2023-24/2), è personalmente assicurato contro gli infortuni e si impegna a pagare l'importo stabilito.

Data _____ Firma _____