

Corsi ed Escursioni

Corsi ed Escursioni

PREMESSA

Alla pari di altre discipline Sportive, l'apprendimento corretto della tecnica, porta a riscontrare tutti i benefici riconosciuti al gesto fisico che si compie.

Per acquisire correttamente la tecnica bisogna affidarsi ad Istruttori qualificati.

Gli **Istruttori dell'ANI** che operano con la nostra Associazione svolgono

CORSO DI AVVIAMENTO

(modulo di circa 2 ore)

al Nordic Walking, in località fissata dall'Associazione, nel giorno e negli orari indicati.

Quota di partecipazione €. 5,00 (cinque), compreso l'uso di bastoncini forniti dall'Istruttore.

A richiesta Corsi in località, data ed orari da concordare. Quote da definire in relazione alla distanza da Rieti della Sede di svolgimento del Corso;

CORSO BASE COMPLETO

(nr.2/3 moduli da 3/2 ore ciascuno)

- ❖ nel caso partecipino Allievi non appartenenti allo stesso gruppo, località, data ed orari a cura dell'Associazione, previ accordi con gli interessati;
- ❖ se partecipano Allievi iscritti come Gruppo, località, data ed orari concordati con l'Istruttore.

Quota di partecipazione composta da Quota Associativa Annuale €. 10,00 (dieci) (**comprensiva di Assicurazione Infortuni e Responsabilità Civile**) + €.

40,00 (quaranta)
Quota di Iscrizione al Corso (compreso l'uso di bastoncini forniti dall'Istruttore).

CORSO DI PERFEZIONAMENTO

(modulo di 4 ore, anche in coincidenza di escursioni programmate)

- ℥ località, data ed orario fissati dall'Associazione;
- ℥ a richiesta, per gruppi, località, data, orario e quote da concordare;

Quota di partecipazione €. 10,00 (dieci) + €.

5,00 (cinque) per eventuale uso dei bastoncini;
Per poter partecipare al Corso di Perfezionamento bisogna aver completato il Corso Base ed essere in possesso della Tessera Associativa Annuale.

ESCURSIONI ECO-CULTURALI

Da concordare direttamente orari, modalità e quote o prenotarsi per quelle inserite nel Programma Attività del sito www.outdoorrieti.it al link " Nordic Walking ".

Per poter partecipare alle Escursioni bisogna aver completato il Corso Base ed essere in possesso della Tessera Associativa Annuale.

Per tutte le Attività è obbligatorio prenotarsi entro 48 ore dalla data fissata o tramite la compilazione dell'apposito form sul sito www.outdoorrieti.it link Nordic Walking - " Programma delle Attività " o telefonicamente ai nr. 3204717871 / 0746272384 (chiedere di Aldo).