

Nordic Walking en Van Gogh Café

Quedaremos a las **10.30 horas** en **Van Gogh Café** (Isaac Peral, 4 - Moncloa), para irnos al cuidado y tranquilo **Parque del Oeste** a realizar un completo **Curso de Iniciación de Nordic Walking (Marcha Nórdica)**, impartido por Instructores Titulados por la INWA (Federación Internacional de Nordic Walking), aprendiendo el correcto uso de los bastones en terreno llano, así como en subidas y bajadas. Finalizado el **Curso**, realizaremos una **ruta guiada** por los numerosos caminos del **Parque**, descubriendo monumentos, fuentes, árboles singulares, caudalosos canales y jardines primorosamente cuidados, permitiéndonos así practicar y perfeccionar la técnica aprendida.

Finalizada la ruta a las **13.30 horas**, con el cuerpo ejercitado y la mente relajada, volveremos a **Van Gogh Café**, para degustar una succulenta comida que nos va a permitir afianzar aún más las amistades que hemos hecho, manteniendo al final de los postres una animada tertulia.

Las Reuniones serán en sábado (conforme al Calendario adjunto), y los precios serán los siguientes:

Curso y Ruta (incluyendo un seguro de accidentes): 27 euros.

Alquiler de los bastones: 10 euros.

Comida, con tres platos a elegir, tanto de primero como de segundo, bebida, pan y postre: 12.80 euros.

Se podrán contratar los servicios por separado, según el interés de cada persona.

Información e inscripciones.

Escuela de Nordic Walking de Hacienda Huella

info@escuelanordicwalkig.com – www.escuelanordicwalking.com

689 45 19 35

