



**CULT-WALKING CENTER TREMOSINE**  
**[www.cult-walking.it](http://www.cult-walking.it) - [info@cult-walking.it](mailto:info@cult-walking.it)**  
**cel. / tel. 0039 339 183 6898**

**!! NORDIC WALKING PER RAGAZZI !!**

## **CUWA VI OFFRE UN MODO ATTRAENTE PER AVVICINARE TUTTI I RAGAZZI OLTRE GLI 8 ANNI ALL'AFFASCINANTE MONDO DEL NORDIC WALKING**

CULT WALKING® / NORDIC WALKING: Queste due discipline sportive piacciono ai ragazzi perché non hanno difficoltà ad imparare le tecniche. Così, piacevolmente e senza alcuna fatica, si possono avvicinare ad un'attività sportiva interessante e piena di sorprese. Tramite la combinazione sport e didattica, i ragazzi imparano a conoscere meglio il mondo delle piante e degli animali in un modo ideale a stimolare la loro fantasia e ad approfondire le loro conoscenze. Perché il Nordic Walking è ideale per aumentare le loro prestazioni fisiche e per favorire la loro capacità di concentrazione e di coordinazione.

Una recente ricerca svolta dall'istituto universitario di Colonia ha dimostrato che i ragazzi che seguono regolarmente attività di sport e di movimento ottengono i migliori risultati nei test di concentrazione.

Il CULT WALKING CENTER offre CORSI DI NORDIC WALKING specificatamente creati per ragazzi compresi nella fascia d'età tra gli 8 e i 14 anni. Questi corsi prevedono degli esercizi mirati per migliorare l'equilibrio fisico, delle camminate di fianco ai ruscelli, degli allenamenti di slalom e di cross-training e molti altri allenamenti. Così, i corsi e le escursioni rappresentano il miglior modo per avvicinare i ragazzi alla natura. Osservare gli animali e la vegetazione aiuta ad aprire gli occhi e tutti i sensi per meglio capire i piccoli e grandi miracoli che la natura ci offre.

**Per i ragazzi, il CULT NORDIC WALKING è sempre un'attività affascinante, piena di gioie e di sorprese.**

I corsi e le escursioni CULT WALKING® sono il modo ideale per migliorare le prestazioni psicofisiche, per migliorare le capacità coordinative, per irrobustire il sistema muscolare e per correggere la postura. In più, semplicemente camminando e senza aderire a delle diete, si possono efficacemente risolvere certi problemi di sovrappeso.

Per ogni ulteriore informazione riguardo ai corsi, le escursioni e le varie offerte potete chiamare il CULT WALKING CENTER o spedirci una e-mail. Il Centro si avvale esclusivamente di istruttori ed allenatori ben preparati, ufficialmente riconosciuti e di lunga esperienza.

### TARIFFE:

NORDIC WALKING PER RAGAZZI, CORSO Pratica 1	3 ore	30,00 EURO
NORDIC WALKING PER RAGAZZI, CORSO Pratica 2 <b>DIPLOMA</b>	3 ore	30,00 EURO
TOUR CULT WALKING® PER RAGAZZI	2 ore	12,00 EURO
GRUPPI DA UN MINIMO 4 A UN MASSIMO DI 12 RAGAZZI		
CORSO NORDIC WALKING PRATICA 1; CON PERSONAL TRAINER PER 1 / 2 RAGAZZI	3 ore	40,00 EURO

Per i partecipanti ai corsi e alle escursioni, il CULT WALKING CENTER metterà a disposizione dei **bastoni Nordic walking LEKI specificatamente adatti per i ragazzi**; tali bastoni possono essere acquistati. **CORSI per ragazzi e GITE CULT WALKING su richiesta !**

**ISTRUTTRICE / TRAINER: Astrid Siemssen (Istruttrice con licenza: ANWI CUWA INWA DSV).**