



## ASSOCIAZIONE CRAL COMUNE DI VERONA

Segreteria: Palazzo Barbieri – Piazza Bra, 1 – 37121 Verona

Tel. 045 8077492 – Fax 045 8035656 – P.Iva 00759790231

e-mail: [cral@comune.verona.it](mailto:cral@comune.verona.it)

[www.cralcomunedi-verona.it](http://www.cralcomunedi-verona.it)

Circolare 3/2021

**Associazione Sportiva Dilettantistica “Nordic Walking Tao”**  
**ref. Daniela Trentini cell. 349 4598108 – [daniela.trentini@tiscali.it](mailto:daniela.trentini@tiscali.it)**  
**[www.nordicwalkingtaoverona.it](http://www.nordicwalkingtaoverona.it) – [info@nordicwalkingtaoverona.it](mailto:info@nordicwalkingtaoverona.it)**

La Ass. Sportiva Dilettantistica “Nordic Walking Tao” propone n. 3 corsi di due ore ciascuno in zona Castello di Montorio e colline limitrofe in giornate e orari da concordare indicativamente nei giorni lunedì, venerdì e sabato pomeriggio.

Il Nordic Walking è un’attività sportiva di base effettuata all’aperto utilizzando dei bastoncini dedicati alla pratica corretta.

Tutti i formatori sportivi, i preparatori, gli istruttori di I e II Livello che collaborano con l’Asd Nordic Walking Montegrappa sono regolarmente iscritti all’albo nazionale di nordic walking, riconosciuto dal C.O.N.I., pertanto abilitati a svolgere l’attività sul territorio.

Il Corso Base di Nordic Walking è utile per apprendere la tecnica del Nordic Walking cui seguirà una camminata finale durante la quale verrà messo in pratica il movimento e verranno corretti eventuali errori di impostazione.

Il costo del corso è in base al numero di partecipanti:

- euro 25,00 per costo di iscrizione e assicurazione
- euro 75,00 (1 partecipante)
- euro 70,00 (2 partecipanti)
- euro 65,00 (3 partecipanti)
- euro 60,00 (4 partecipanti)
- euro 55,00 (5 e 6 partecipanti)
- euro 15,00 mensili per le successive uscite di allenamento (1 volta a settimana)
- euro 45,00 per eventuale acquisto bastoncini Fizan telescopici in alluminio leggero.

E’ necessario produrre il certificato medico per attività sportiva non agonistica, completo di ECG e rilevazione pressione arteriosa.

Prima di ogni incontro è necessario compilare da dichiarazione di protocollo ASD, l’autocertificazione giornaliera e la dichiarazione di ripresa attività.

La presente convenzione sarà rinnovata tacitamente salvo diversa comunicazione delle parti.

Per poter usufruire della scontistica riservata è necessario esibire la tessera del Cral in corso di validità

Il Presidente Cral  
f.to Lorenza Tonon

Referente Sezione Convenzioni  
f.to Cristina Fiorio