

Passeggiata storica di domenica 13 settembre

PASSEGGIANDO TRA LA STORIA, LA CULTURA E LA NATURA. Da Duino al Villaggio del Pescatore, attraverso un percorso dal Castello, la Cernizza e il sentiero Bratina, promosso dal Gruppo Ermada Flavio Vidonis, Ajser 2000, la Jus Comunella di Duino, Gruppo Speleologico Flondar, Società Nautica Laguna e Lions Club.

Partenza domenica 13 settembre dalla ex drogheria di Duino alle ore 10:00.

Confermate a Deborah 3392079748

Corsi base presso il Villaggio del Pescatore (TS)

Alla fine della pausa estiva, sono ripresi i corsi base di Nordic Walking presso il Villaggio del Pescatore (TS), il primo è stato ultimato giovedì scorso. I prossimi corsi sono previsti per sabato 3 ottobre alle ore 15:30 e domenica 4 ottobre alle ore 09:30, con una durata di due ore. Per chi volesse intraprendere la tecnica corretta di questa salutare pratica sportiva, può contattarci.

E' consigliato un abbigliamento comodo o indumenti sportivi, scarpe da ginnastica o da trekking, una maglietta di ricambio e una bottiglietta d'acqua.