



Conferenza

NORDIC WALKING: perché e come praticarlo

Parliamo dei benefici e della tecnica della "camminata nordica", effettuata con i due bastoni per sostenere e stimolare maggiormente il corpo durante l'attività fisica

Venerdì 17 ottobre 2025

dalle 14:30 alle 16:00

Relatrice: Fabienne Bernet-Furger, fisioterapista dipl. CRS/FH

**PRO
SENECTUTE**
PIÙ FORTI INSIEME

Per informazioni:

Centro diurno Talete, Via Girella 4, 6814 Lamone

Tel. 091 950 85 42 – cda.lamone@prosenectute.org

www.prosenectute.org