ATTIVITA' del CENTRO SPORTIVO SCOLASTICO

Si avvia a conclusione l'attività polisportiva, offerta per questo anno scolastico,
dal Dipartimento di Scienze Motorie e Sportive.
L'ultima proposta per il mese di Maggio sarà il **Corso di NORDIC WALKING.**
Questa attività è rivolta a studenti, genitori e tutto il personale scolastico del nostro Istituto col fine di promuovere sani stili di vita e combattere la sedentarietà, favorendo momenti di aggregazione con una attività adatta a tutti, sana e naturale che può essere praticata ovunque e durante tutto l'anno.
Il corso è tenuto dal Prof. Vannini Daniele Istruttore della Scuola Italiana Nordic Walking e si articola in quattro lezioni secondo il seguente calendario:
Mercoledì 03 e 10 maggio '17 Presso sede "Compagnoni". Lugo
dalle ore 14.00 alle 15.30 (Apprendimento della tecnica base parallela e alternata).
Mercoledì 17 e 24 maggio '17 Presso "Parco del Loto" Lugo.
Dalle 17.00 alle 18.30 (camminata lungo il percorso certificato N.W. di Lugo);
con sviluppo coordinativo della tecnica e correzioni durante la marcia.
I bastoncini vengono messi a disposizione dalla scuola.