



27 i 29 de juny de 2017 de 6 a 9 del vespre

Curs d'iniciació a la Marxa Nòrdica, que segueix els estàndards d'INWA.

Programa:

- 27 de juny: començarem a les instal·lacions del Centre Excursionista, Sant Llorenç, 10, amb la classe teòrica. A continuació ens desplaçarem al parc de Vallparadís per fer-hi les primeres pràctiques.
- 29 de juny: ens trobarem a les 6.00 al parc de les Nacions Unides (es concretarà el punt exacte a la classe anterior) on farem la resta de pràctiques i acabarem amb una caminada pels entorns de Terrassa.



Preu: 50€. Descompte de 10€ per als socis del CET. La inscripció inclou els apunts, el lloguer de bastons i l'assegurança (i un regal sorpresa).

Materials:

- Roba i calçat còmodes, sobretot el segon dia que anirem per camins.
- Aigua i crema solar, així com un barret o gorra i ulleres de sol si ho creieu convenient.
- És millor no dur motxilles grans perquè ens faran nosa per caminar.

El formulari d'inscripció es penjarà en aquesta mateixa pàgina a partir del dijous 15 de juny. També us podeu inscriure presencialment a Secretaria del CET.

Us agraïrem que, tot i fer la inscripció formal, ens feu arribar un correu a marxanordica@ce-terrassa.cat confirmant la vostra assistència al curset.