Nordic Walking Active Toscana

NORDIC WALKING CHALLENGE 2018

FIRENZE 14° TAPPA

14 OTTOBRE 2018

PELAGO - TRA PANORAMI E CASTELLI

Percorso di 10 km sulle colline della tenuta Frescobaldi di Nipozzano

Scuola Italiana Nordic Walking

NORDIC WALKING CHALLENGE

Un Nordic Walking Challenge è un raduno nazionale di scuole, istruttori e praticanti di nordic walking finalizzato alla divulgazione della pratica di questo sport. La Scuola Italiana Nordic Walking ha approntato un calendario annuale di tappe, che si svolgono in tutta Italia. Le manifestazioni sono organizzate senza finalità agonistiche mentre viene esaltata la socializzazione tra gli appassionati e il camminare in luoghi di grande interesse naturalistico e culturale. La provincia di Firenze per la prima volta ospita una tappa del Challenge in una location di grandissimo richiamo turistico tra vigneti e colline attraversando il prestigioso Castello di Nipozzano. Questa tappa si svolge su alcuni percorsi del futuro Nordic Walking Park di Pelago, che viene quindi presentato in quest'occasione. La partecipazione alle varie tappe del Challenge è spesso aperta anche ai camminatori a passo libero e Firenze non fa eccezione.

NORDIC WALKING

Il nordic walking è una camminata naturale con l'uso funzionale di appositi bastoncini grazie ai quali vengono utilizzati anche i muscoli della parte superiore del corpo. Adottando una tecnica corretta si riescono ad avere elevato coinvolgimento muscolare, miglioramento cardiocircolatorio, riequilibrio posturale e miglioramento della coordinazione motoria. Sport per tutti e per tutto l'anno offre un modo facile, poco costoso e divertente per gustare uno stile di vita sano e attivo.

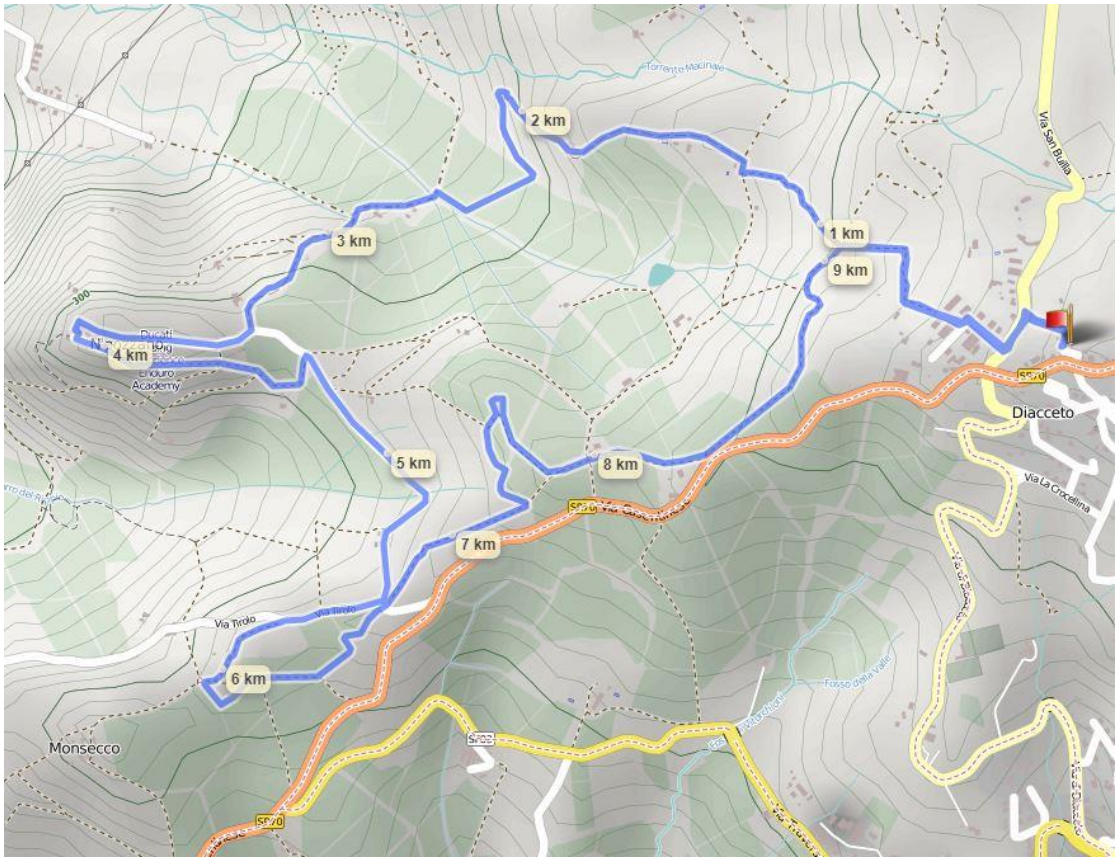
NORDIC WALKING PARK

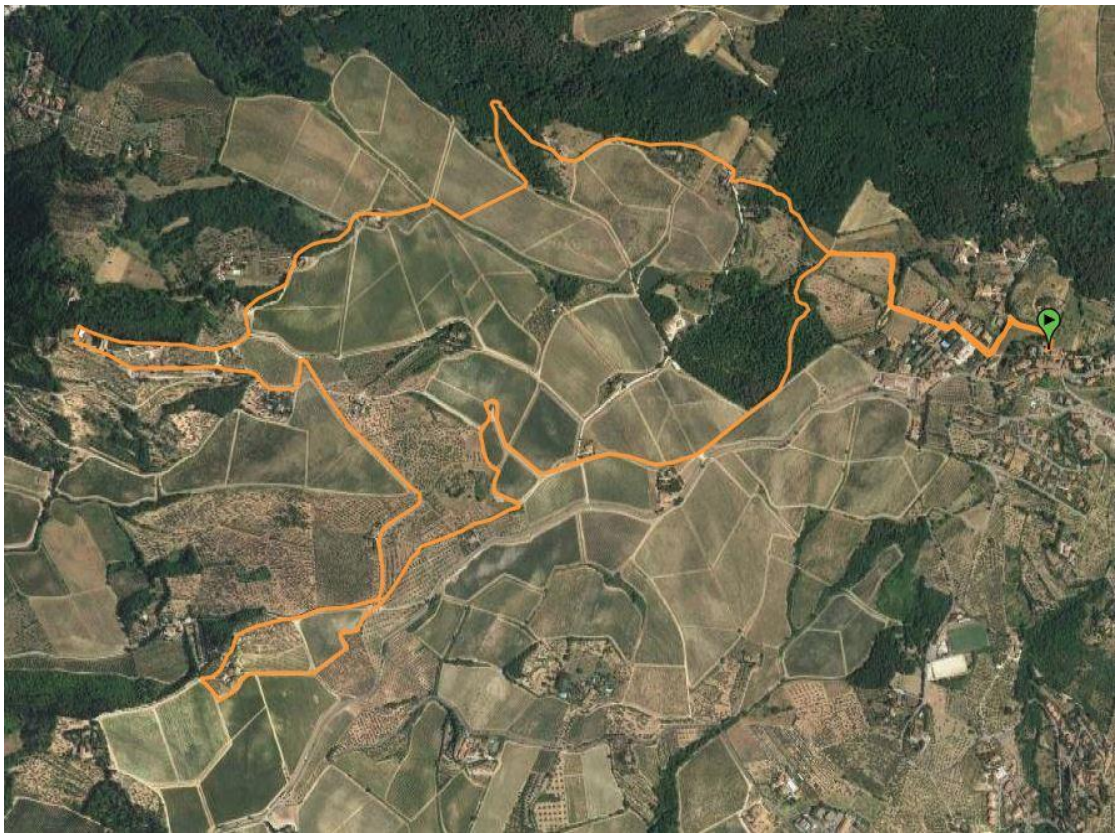
I NORDIC WALKING PARK ® – marchio registrato dalla Scuola Italiana Nordic Walking – racchiudono al loro interno dei percorsi particolarmente adatti al nordic walking dove è possibile effettuare il corretto e continuativo svolgimento del gesto tecnico. Il 14 ottobre il Challenge si svolgerà su uno dei percorsi del futuro Nordic Walking Park di Pelago. I nordic walking park sono un insieme di percorsi opportunamente segnalati e selezionati per praticare al meglio questo sport, con pendenze contenute e percorsi ben battuti Sono particolarmente diffusi in Nord Italia, dove arricchiscono l'offerta turistica di molte località e ora arrivano anche vicino a Firenze con un progetto che abbraccia la Montagna Fiorentina da Pelago fino alla Consuma. All'interno di ogni NW Park una segnaletica semplice e diretta identifica i percorsi in base ai vari livelli di difficoltà. La divulgazione avviene attraverso una mappatura dei percorsi con cartellonistica di grande formato all'inizio del percorso, su specifiche cartine, sul sito della SINW e tramite l'app NWPark.

NORDIC WALKING ACTIVE TOSCANA

Nordic Walking Active Toscana si propone di diffondere la conoscenza, divulgazione ed insegnamento del nordic walking e di sviluppare lo spirito di aggregazione in attività di gruppo sui percorsi più incantevoli della Toscana. Coinvolgendo le persone che praticano questo sport in uno stile di vita sano si raggiungono infatti importanti benefici a livello psicofisico e di benessere globale.

IL PERCORSO DEL CHALLENGE





LA PARTENZA E ARRIVO DEL CHALLENGE AVVERRANNO ALL'ARENA ESTIVA DI DIACCETO.

NORDIC WALKING CHALLENGE 2018

Nordic Walking Active Toscana

FIRENZE 14 OTTOBRE

Scuola Italiana Nordic Walking

Nordic Walking Italiano Ufficiale dal 2008

International Nordic Walking School

NORDIC WALKING TOSCANA FIRENZE INFO@NORDICWALKINGTOSCANA.IT
WWW.NORDICWALKINGTOSCANA.IT TEL 3388364241

Con il patrocinio di

Comune di Pelago

www.prolocopelago.it PRO LOCO PELAGO

In collaborazione con

FRESCOBALDI TOSCANA

nencinisport

GABEL gabel.it

POST DEUM CASTELLO NIPOZZANO Nipozzano TOSCANA

human FIRENZE CAMPING IN TOWN

VIPOLE HIGH QUALITY POLES

LILT LEGA ITALIANA PER LA LOTTA CONTRO I TUMORI SEZIONE PROVINCIALE DI FIRENZE prevenire è vivere

FIZAN MADE IN ITALY SINCE 1947