

# Nordic walking in trekking

Il **Winter Nordic Walking** trekking è una delle attività invernali di montagna, Per poterlo fare è necessario conoscere già la tecnica di base di Nordic Walking e poi essere in possesso delle specifiche ciaspole da Winter NW con la relativa scarpetta.

Tecnica e allenamento sono indispensabili per parteciparvi.

Le uscite in montagna si svolgono

*Prati di Tivo*

- Prati di Tivo – Faggeta secolare A/R
- Anello della pista di fondo di Prati di Tivo
- Prati di Tivo – Cima alta A/R

- massimo 10 partecipanti

**Attrezzatura minima obbligatoria:**

Scarpetta e ciaspola da Winter NW specifica

bastoncini da nordic walking con piattello grande

Abbigliamento invernale da trekking o tipo da sci di fondo



**Costi, Prenotazioni e Info**

**Guido cell. (+39) 339 3229964**



Scuola Italiana  
**Nordic Walking**