



# INSCRIPCIÓN TALLER DE INICIACIÓN MARCHA NÓRDICA

Jueves 19 Septiembre – 17:30 h



PLAZAS LIMITADAS  
por orden de inscripción

A FECHA \_\_\_\_\_

Nombre y apellidos \_\_\_\_\_



Nº de Participantes \_\_\_\_\_



Necesario: traer juego de bastones de Marcha Nórdica, con los tapones de goma o pads.

Recomendable: Ropa cómoda, calzado apropiado, gorra, gafas de sol, pequeña mochila, bebida, comida, crema solar, ropa de abrigo o lluvia (según previsión meteorológica) y necesidades de cada uno. Comentar al monitor, si se padecen alguna enfermedad grave.

Formación inicial: 17:30 h, 1h aprox. **en la Huerta de San Vicente, Parque García Lorca, Granada.**

Practica: 2h aprox. Recorrido urbano de unos 7 km, pasando por la mayoría de los lugares históricos de Lorca, apto para todas las edades.

Quien no disponga de bastones se puede alquilar por 5 € (existencias limitadas) previa reservar por email [cxmdelaalhambra@hotmail.com](mailto:cxmdelaalhambra@hotmail.com)