

CALENDARIO ATTIVITÀ 2023

Tel: Caterina 338 274 2372

FB: vitawalk

IG: vitawalkasd

Mail: vitawalkasd@gmail.com



GENNAIO

28-29 WEEKEND NORDIC NEVE

FEBBRAIO

4 **sabato** USCITA SOCIALE

19 **domenica** USCITA CON GUIDA

MARZO

4 **sabato** USCITA SOCIALE

4 **sabato** CORSO BASE NORDIC

5 **domenica** CORSO BASE NORDIC

7 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

9 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

14 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

16 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

21 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

23 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

28 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

30 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

31-1-2 WEEKEND NORDIC

APRILE

4 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

6 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

8 **sabato** USCITA SOCIALE

11 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

13 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

18 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

20 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

27 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

MAGGIO

2 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

4 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

6 **sabato** USCITA SOCIALE

6 **sabato** CORSO BASE NORDIC

7 **domenica** CORSO BASE NORDIC

9 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

11 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

16 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

18 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

21 **domenica** USCITA CON GUIDA

23 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

25 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

30 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

GIUGNO

6 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

8 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

10 **sabato** USCITA SOCIALE

13 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

15 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

20 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

22 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

23-24-25 WEEKEND NORDIC

27 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

29 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

SETTEMBRE

2 **sabato** USCITA SOCIALE

5 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

7 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

12 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

14 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

16 **sabato** CORSO BASE NORDIC

17 **domenica** CORSO BASE NORDIC

19 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

21 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

24 **domenica** USCITA CON GUIDA

26 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

28 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

OTTOBRE

3 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

5 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

7 **sabato** USCITA SOCIALE

10 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

12 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

14 **sabato** CORSO BASE NORDIC

15 **domenica** CORSO BASE NORDIC

17 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

19 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

20-21-22 WEEKEND NORDIC

24 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

26 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

NOVEMBRE

4 **sabato** USCITA SOCIALE

7 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

9 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

12 **domenica** USCITA CON GUIDA

14 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

16 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

21 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

23 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPORT.

28 **martedì**
WORKOUT FITN./CAMMINATA BEN.

30 **giovedì**
WORKOUT BEN. /CAMMINATA SPOR

DICEMBRE

3 **domenica** USCITA SOCIALE

NOTE:

IN GIALLO LE USCITE DEL SABATO
COMPRESSE NELLA TESSERA SOCIALE

IN VERDE L'ABBONAMENTO MENSILE:
ORE 18.30>20.00 ABBREVIAZIONI SU
MARTEDÌ WORKOUT FITNESS CON
FRANCESCO/CAMMINATA BENESSERE
CON ACTIVITY LEADER. **GIOVEDÌ**
WORKOUT BENESSERE CON FRANCESCO
/CAMMINATA SPORTIVA CON ACTIVITY
LEADER

IN ROSA LE USCITE **CON GUIDA NON**
COMPRESSE IN ABBONAMENTO

IN AZZURRO **CORSI BASE PER**
L'APPRENDIMENTO DELLA TECNICA NW