

# Meeting Nazionale di Nordic Walking

## 29/30 settembre 2018 – Rimini (RN)

### PROGRAMMA DI MASSIMA

#### SABATO 29/09/2018

- Ore 16.00 Accoglienza presso Hotel Corallo (vedi note logistiche)
- Ore 17.30 Illustrazione e prove delle tecniche di Nordic Walking  
Camminata Sportiva – BioGinnastica
- Sera Dopo cena, suggestiva camminata notturna in spiaggia alla luce della luna

#### DOMENICA 30/09/2018

- Alba Eventuali attività in spiaggia: camminata - Nordic Walking – Yoga (bagno 34)
- Ore 9.00 PARCO MARECCHIA invaso ponte di Tiberio  
Dimostrazione della tecnica del Nordic Walking con prove sul campo  
*Allestimento del villaggio per la BioGinnastica e inizio dell'attività divulgativa*
- Ore 9.30 PARCO MARECCHIA invaso ponte di Tiberio ritrovo di tutti partecipanti  
Saluti e presentazione delle attività  
Riscaldamento muscolare
- Ore 10.00 Camminata collettiva aperta a tutti, con la presenza del gruppo di cammino della Romagna, che si svilupperà tra parchi, spiaggia e centro città su due percorsi, uno più sportivo di 8 km circa ed uno culturale di 4 km circa per le vie della città guidato da una storica dell'arte che illustrerà i tanti monumenti presenti
- Ore 10.00 Inizio competizioni sportive di sport emergenti a cura del CSI: Nordic Walking agonistico sul percorso di 5 km già tracciato e segnato
- Ore 12.00 Ritrovo di tutti i gruppi. Premiazioni finali delle competizioni.  
A seguire festa finale "pasta party" e saluti

Per tutti coloro che fossero interessati, segnaliamo che venerdì sera **28 settembre 2018** è previsto l'*INCONTRO DIVULGATIVO ITINERANTE per LA NOTTE DEL RICERCATORE* - Walking talk: concetti, nozioni, idee... raccontate in cammino.

*Una passeggiata all'imbrunire, per conoscere i ricercatori che racconteranno di loro, del loro lavoro, dei loro obiettivi, dei loro sogni... Verranno illustrate e si potranno provare "sul campo" i benefici delle "buone pratiche" sportive e alimentari. Al termine salutare spuntino della tradizione popolare riminese con piada e sardoncini.*

## NOTE LOGISTICHE

Punto di riferimento accoglienza, pernottamento, partenza percorsi venerdì e sabato l'hotel Corallo  
<https://www.hotelcorallorimini.com/it/>

**Hotel Corallo Rimini** Viale Vespucci, 46 47921 Rimini (Italia)

Telefono: [+39.0541.390732](tel:+390541390732) [+39.0541.391270](tel:+390541391270) Fax +39.0541.391808

Email: [info@hotelcorallorimini.com](mailto:info@hotelcorallorimini.com)

Le prenotazioni per il pernottamento verranno gestite direttamente dall'hotel

- Ritrovo e svolgimento attività, partenza camminata collettiva: ingresso del PARCO MARECCHIA nei pressi del Ponte di Tiberio ( per info **Vinicio Zeppilli 3207433000** ).