

****MASSAGGIO INFANTILE**

1° ciclo - lunedì 10.30: 10/06 – 17/06 – 24/06 – 01/07 – 08/07

2° ciclo - lunedì 10.30: 15/07 – 22/07 – 29/07 – 05/08 – 12/08

***TREKKING CON BASTONCINI**

Destinazioni

Sabato 15/06: **Sentiero del Ponale con arrivo alla Madonnina di Pregasina** (Dislivello 358m)
Partenza 08.30 e rientro circa alle 12.00

Sabato 29/06: **Camminata da Calvola al Rifugio San Pietro** (Dislivello 600m)
Partenza 08.30 e rientro circa alle 13.00

Sabato 13/07: **Sentiero Busatte Tempesta (Dislivello 310m)**
Partenza 8.30 e rientro circa alle 12.00

Sabato 27/07: **Camminata fino a Punta Larici partendo da Pregasina** (Dislivello 380m)
Partenza 8.30 e rientro circa alle 11.30

Sabato 10/08: **Camminata da Varone fino al Lago di Tenno** (Dislivello 600m)
Partenza 8.30 e rientro circa alle 13.30

Sabato 24/08: **Risalita del Monte Altissimo con partenza da Nago** (Dislivello 740m)
Partenza 9.30 e rientro circa alle 16.00 (Pranzo in rifugio)

PERCHÈ CAMMINARE CON NOI?

Ti prepareremo gradualmente ad affrontare camminate sempre più impegnative.

Ti aiuteremo a correggere la postura durante la camminata.

Ti insegneremo la coordinazione tra bastoncini e passo... e perché da solo non ci andresti mai!

Ci riserviamo di modificare le destinazioni delle camminate e in caso di maltempo di annullare il trekking anche il giorno stesso.

Consigliamo abbigliamento sportivo, scarpe da trekking e piccolo zainetto con bottiglietta d'acqua.

Seguite la nostra pagina FB per essere sempre aggiornati e avere informazioni dettagliate.

Per maggiori informazioni **0464-548012** - info@gardathermae.it