

CAMMINATA DELLA MIMOSA PER LA SALUTE



Organizzano in occasione della Giornata Internazionale della donna

DOMENICA 8 MARZO 2015
POROTTO (FE)



CAMMINATA LIBERA NON COMPETITIVA - MINI PODISTICA - NORDIC WALKING

L'iscrizione è ad offerta libera, con un minimo di € 3,00; i giovani under 14 partecipano gratuitamente. Il ricavato della Manifestazione sarà devoluto ad iniziative benefiche.

Ritrovo ore 8,30 al Campo Sportivo di POROTTO (FE) - A tutti i partecipanti verrà donata una confezione di Caffè KRIFI ed un buono per una lezione gratuita in palestra o in piscina alla Polisportiva DORO. Tutte le DONNE riceveranno un mazzolino di Mimosa dall'UDI e la possibilità di partecipare ad un corso gratuito di difesa personale il 14 marzo 2015.

PROGRAMMA

Mini Podistica - Camminata libera non competitiva - Nordic Walking : 7 km

ore 8,30 ritrovo al campo sportivo di Porotto (Fe)

ore 9,30 partenza Mini Podistica

ore 10,00 partenze della Camminata non competitiva e del Nordic Walking.

E' possibile eseguire il percorso di corsa, di marcia, di cammino, con o senza bastoncini e anche spingendo un passeggino.

Al termine ristoro con pinzini caldi preparati dalle cuoche della polisportiva **Vigaranese X Martiri**.

PREMIAZIONI

Saranno premiati i primi 5 gruppi più numerosi.

Premi a tutti i partecipanti alla Mini Podistica.

Premi a sorteggio offerti dalle seguenti ditte: **Macelleria Cantelli - Autocarrozzeria Bonazzi -**

P.A. Serramenti Perini - Farmacia Dott.sa Consolini - Forno Pirani - Acconciature Susi - Toselli Verdura -

Pizzeria Vecchio Mulino - Ottica Finessi - Enoteca Tagliani - Pasticceria Borgo - Pasta Fresca Ivonne.

Buono per una prova gratuita di avvicinamento al Nordic Walking offerto dalla **A.S.D. Camminatorisenzaconfini**.

REGOLAMENTO

La manifestazione è aperta a tutti : tesserati di Enti di promozione sportiva, non tesserati in possesso del certificato medico di idoneità allo sport.

L'accertamento di idoneità fisica deve essere effettuato sotto la responsabilità del concorrente e, in caso di minori dal genitore o di chi ne fa le veci.

Gli organizzatori declinano fin d'ora ogni responsabilità per incidenti che potranno accadere ai concorrenti, a terzi e/o a cose durante e dopo la manifestazione.

I partecipanti sono obbligati a rispettare lungo il percorso il codice stradale.

Il servizio d'ordine sarà curato dagli organizzatori.

Le iscrizioni si ricevono fino a 15 minuti prima della partenza

Durante lo svolgimento della gara sarà garantito il servizio di ambulanza.

Per informazioni: cell. 3472525638 Stefano Camilli mail: stecamil@gmail.com