



ESTATE 2017

LUNEDÌ / MONDAY

h. 09.00 - Nordic Walking: avvicinamento / first steps
Ritrovo presso la sede Maestri di Sci Azzurra Monte Bondone (Sport Nicolussi)
€ 20 prezzo intero; € 15 bambini – Min. 4 persone

h. 19.00 - Nordic Walking posturale e conoscenza della tecnica ANWI con lezione di 2 ore al tramonto presso il lago di Terlago
Ritrovo presso la sede ASD Lake Line 0.0 (Lago di Terlago)
€ 20 prezzo intero (bastoncini inclusi); € 15 bambini (bastoncini inclusi) – Min. 4 persone

MARTEDÌ / TUESDAY

h. 15.00 - Passeggiata di Nordic Walking a Dos de la Cros, Val del Merlo e Gervasi e merenda trentina presso Chalet Lo Sciatore
Ritrovo presso la sede Maestri di Sci Azzurra Monte Bondone (Sport Nicolussi)
€ 25 prezzo intero – Min. 4 persone

MERCOLEDÌ / WEDNESDAY

h. 16.30 - Bosco Incantato per bambini / Enchanted Wood
Ritrovo presso la sede Maestri di Sci Azzurra Monte Bondone (Sport Nicolussi)
€ 10 prezzo intero – Min. 4 persone

h. 16.30 – Giro in mountain bike con istruttore di 2 ore per i sentieri delle Viote alla scoperta della flora e della fauna e dei toponimi e della storia della montagna
Ritrovo presso la sede Maestri di Sci Azzurra Monte Bondone (Sport Nicolussi)
€ 15 Trentino Guest Card; € 20 prezzo intero – Min. 4 persone. Noleggio mountain bike € 10

GIOVEDÌ / THURSDAY

h. 08.30 – Escursione enogastronomica in tecnica Nordic Walking / Winer food nordic walking excursion
Ritrovo presso la sede Maestri di Sci Azzurra Monte Bondone (Sport Nicolussi)
€ 50 pasto incluso / with lunch. Rientro ore 16.00 – Min. 4 persone

VENERDÌ / FRIDAY

h. 09.00 - Camminata Nordic Walking Direttissima Vason – Trento con visita al MUSE (da pagare in loco) e città di Trento
Ritrovo presso la sede Maestri di Sci Azzurra Monte Bondone (Sport Nicolussi)
€ 25 prezzo intero; rientro in bus alle 18.00 / return by bus at 6.00 pm – Min. 4 persone. Biglietto di ingresso al MUSE da pagare in loco.

h. 10.00 - NORDIC WALKING

Prova il nordic walking, i suoi benefici posturali e il divertimento di scoprire il Monte Bondone in modo unico e originale. / Try Nordic walking, its benefits and the fun of discovering the Monte Bondone in a unique and original style.
Ritrovo presso la sede Maestri di Sci Azzurra Monte Bondone (Sport Nicolussi)
adulti € 6 con Trentino Guest Card - € 3 ragazzo fino a 12 anni con Trentino Guest Card; € 12 adulto prezzo intero; € 8 ragazzo fino a 12 anni prezzo intero – Min. 4 persone

SABATO / SATURDAY

h. 10.00 – Giro in mountain bike con istruttore di 2 ore per i sentieri delle Viote alla scoperta della flora e della fauna e dei toponimi e della storia della montagna
Ritrovo presso la sede Maestri di Sci Azzurra Monte Bondone (Sport Nicolussi)
€ 15 Trentino Guest Card; € 20 prezzo intero – Min. 4 persone
Noleggio mountain bike € 10

**Info e prenotazioni: ANWI Monte Bondone – Maestri di Sci Azzurra (Betty Nicolussi - Tel. +39 340 7124107)
é necessario prenotare ciascuna attività entro e non oltre le ore 17.00 del giorno prima della stessa**