

“Sbacchettata” nel Parco Pineta

Pubblicato: Giovedì 8 Settembre 2011

Il Nordic Walking sta invadendo il Parco Pineta di Appiano Gentile e Tradate! Non si tratta di un parassita o di un animale pericoloso, ma di una **disciplina sportiva proveniente dal nord Europa** che appassiona sempre più “**nordic walkers**”; se li guarderete stupiti incontrandoli nei boschi del Parco loro vi risponderanno “**non ho dimenticato gli sci ... sto facendo NORDIC WALKING!!**” Siete curiosi oppure “**nordic walkers**” esperti? Allora l’appuntamento di **domenica 18 settembre** è fatto su misura per voi: **mattina dedicata ai curiosi**, con il Gruppo Istruttori del Parco Pineta che illustrerà questa salutare attività sportiva (dalle 10.00 alle 12.30), mentre alle 15.30 prenderà il via la “**1° Sbacchettata non competitiva del Parco Pineta**” (è richiesta la prenotazione), intitolata a chi ha sempre visto in questo territorio un luogo ideale per promuovere l’attività sportiva, Edoardo Colombo. Alle **ore 15.00 inaugurazione del Nordic Walking Park: 4 percorsi per 15 Km totali, tutti dedicati ai “Nordic Walkers” del Parco Pineta.**

(c/o Area di sosta – inizio via ai ronchi – Tradate)

Il Nordic Walking (**Camminata Nordica** con le bacchette, questo è il suo nome italianizzato) è uno **sport a basso impatto**, ma dai **molteplici benefici**, che trova nell’**ambiente naturale il luogo più idoneo per praticarlo**; pendenze ridotte, terreni omogenei e natura avvolgente sono alcune caratteristiche dei luoghi ideali per “sbacchettare” ... e **il Parco Pineta** le comprende proprio tutte! Da alcuni anni l’Area Protetta **promuove il Nordic Walking** nel proprio territorio e in soli due anni sono oltre 150 le persone che hanno seguito e superato il Corso Base condotti dal **Gruppo Istruttori del Parco Pineta, appartenenti alla Scuola Italiana di Nordic Walking** (<http://www.scuolaitaliananordicwalking.it/>), che annovera istruttori come Deborah Compagnoni.

Domenica 18 settembre 2011

dalle 10.00 alle 12.30

"Nordic Walking nel Parco"

Il Gruppo Istruttori del Parco Pineta illustrerà questa salutare attività sportiva

c/o Centro Didattico Scientifico, via ai ronchi – Tradate

(Loc. Abbiate Guazzone – seguire le indicazioni stradali per "Osservatorio Astronomico")

PARTECIPAZIONE GRATUITA

Alle ore 15.00 inaugurazione del Nordic Walking Park:

4 percorsi per 15 Km totali, tutti dedicati ai “Nordic Walkers” del Parco Pineta

(c/o Area di sosta – inizio via ai ronchi – Tradate)

dalle 15.30

1° SBACCHETTATA NON COMPETITIVA DEL PARCO PINETA

“MEMORIAL EDOARDO COLOMBO”

Ritrovo: Area di sosta – inizio via ai ronchi – Tradate

(Loc. Abbiate Guazzone – seguire le indicazioni stradali per "Osservatorio Astronomico")

PARTECIPAZIONE GRATUITA – ISCRIZIONE OBBLIGATORIA

Percorso: **4 + 4 km** – Consigliamo un abbigliamento comodo\sportivo – Richiedete il noleggio gratuito dei bastoncini al momento dell’iscrizione

– Da sempre **il Parco Pineta guarda con particolare attenzione alla valorizzazione fruitiva del**

proprio territorio, senza comprometterne la preservazione – **dichiara Mario Clerici, Presidente del Parco Pineta** – e la nostra Area Protetta è **da sempre un luogo ideale per iniziative culturali** immerse nella natura –. Valorizzazione **del territorio sospinta dal forte legame con lo stesso**, proprio come quello di **Edoardo Colombo** (a cui è dedicata l’iniziativa) **storico promotore** di manifestazioni sportive e non solo, aventi come teatro i boschi dell’attuale Parco Pineta; **la sbacchettata passerà proprio accanto al suo “ronco”**, in loc. Abbiate Guazzone, lungo il quale saranno **esposte fotografie** scattate dalla famiglia Colombo **tra gli anni ‘30 e gli anni ‘70**, ritraenti i territori oggi compresi nell’Area Protetta.

Ma non finisce qui ... **a seguire il Corso Base** per tutti coloro che volessero diventare “*nordic walkers*” e godere di tutti i vantaggi psichico-fisici del Nordic Walking ...

CORSO BASE DI NORDIC WALKING

(3 lezioni) domenica dalle 9.00 alle 12.00

1° corso: domenica 25 settembre, 2 e 9 ottobre

2° corso: sabato 1, 8 e 15 ottobre

ISCRIZIONE OBBLIGATORIA

Per informazioni, iscrizioni e costi di adesione telefonare al numero 333-8651393 (Anna Borghi – Coordinatrice Istruttori del Parco Pineta) oppure scrivere a info@parcodidatticoscientifico.it

Il Nordic Walking è efficace a condizione che si utilizzi correttamente la tecnica per massimizzarne il rendimento. Per questo motivo è necessario apprenderla frequentando appositi corsi base.

[Redazione VareseNews](mailto:redazione@varesenews.it)

redazione@varesenews.it