



# Centre Excursionista Els Blaus

## MARXA NÒRDICA *Sortida*

***Diumenge 14 de Gener de 2018***

**Horari:** a les 9.50 h per sortir a les 10.00 h

**Iloc:** a la Plaça Pep Ventura, a Vallvidrera (davant del funicular).

**Arribada:** a les 13.00 h a la Plaça Pep Ventura.

**Itinerari:** Per Collserola.

**Distància aproximada:** 9,0 km.



**Preu:** 13,00 €

10,00 € Socs de l'entitat.

**Requeriments de la sortida:** No cal dur bastons, els posa l'organització.

**Cal inscripció prèvia**

**Assegurança:** qui no disposi d'assegurança federativa ha d'aportar **4,50 €** per a l'assegurança del dia.

**Nota:** *Prèviament a la caminada, al nostre local, el **dimarts 12 de desembre a les 19.00 h**, es farà la xerrada: Què és (i no és) la marxa nòrdica. Una manera d'optimitzar la teva caminada d'una forma saludable i efectiva.*