



## TULE SAUVAKÄVELEMÄÄN !

Tule kohottamaan kuntoasi urheilullisen lauantai-aamupäivän merkeissä kokeillen **SAUVAKÄVELYä 10. lokakuuta klo 10 alkaen Monte Stellalla.**  
Välineeksi tarvitset vain lenkkikengät ja iloista mieltä ☺

Ota omat sauvat mukaan, mutta uusia sauvoja on myös mahdollisuus vuokrata paikan päällä!  
Ohjaajana toimii liikunta-alan ammattilainen ja Suomen Ladun kurssittama jäsenemme!  
Kaatosateella tapahtuma peruuntuu!

<b>AIKA:</b>	lauantai 10.10.2009 klo 10 – 12
<b>PAIKKA:</b>	<a href="#">Monte Stella, Milano</a>
<b>KULKUYHTEYDET:</b>	M1 – Q.T.8
<b>KOKOONTUMINEN:</b>	viimeistään klo 9.50 Q.T.8 –metroaseman ulkopuolella!
<b>HINTA (välinevuokra):</b>	€ 2,50 jäsenet € 15 ulkopuoliset

Sauvakävely sopii jokaiselle kuntoilijalle, ikään ja peruskuntoon katsomatta sekä maastoon kuin maastoon, kelloon ja säähän katsomatta.

Tule mukaan koko perheen voimalla ja tuo paikalliset ystäväsi kokeilemaan Nordic Walkingia!

### CLUB FINLANDIA MILANO

