



IL GRUPPO SPORTIVO ANA REZZATO

presenta la



Marcia Alpina di Regolarità

Sai che cos'è?

È una disciplina sportiva ancora poco conosciuta
ma molto intrigante.

Perchè praticarla?

- ✕ *Per camminare nella natura, mantenersi in forma, restare in salute divertendosi*
- ✕ *Per imparare a conoscere meglio se stessi e migliorarsi attraverso la pratica dello sport*
- ✕ *Per il clima di amicizia e simpatia che si respira, per l'ambiente socievole e divertente, per il "terzo tempo" a fine gara*

Se ti abbiamo incuriosito, ti aspettiamo

venerdì 08 settembre 2023 alle ore 20:30
presso l'Oratorio di Rezzato - Via Tommaso Alberti, 6



Ti spiegheremo cos'è la marcia di regolarità e, se vorrai, ti faremo fare una piccola prova.

Gira il volantino e...
scopri qualche info in più nel retro!



Io non sono una persona competitiva!



Praticando questo sport, conosci nuove persone, allarghi la tua cerchia di amicizie, ti diverti mantenendoti in forma!

Io non sono un atleta!

È lo sport giusto per un sano movimento non estremo, perché le medie orarie e l'andatura le scegli tu!

A me piace andare a camminare in montagna!

Bene! È proprio lì che andiamo spesso!

A me piace stare in compagnia!

Perfetto! Oltre alle gare individuali, vengono organizzate anche gare a coppie o a pattuglie.

E poi ci si può allenare in compagnia, fare una bella comitiva e organizzare un ottimo terzo tempo!

A me piace l'attività con gli Alpini!

Bene! La disciplina nasce proprio nel percorso formativo dei primi Alpini.

Io sono competitivo!



Bene! Potrai sfidare i tuoi amici, gli altri atleti che non conosci e soprattutto te stesso!

Io sono un atleta!

Ottimo! Sai che puoi scegliere medie orarie e andature più impegnative, trovando soddisfazione nel metterti alla prova?

A me piace andare a camminare in collina!

I nostri percorsi e sentieri si articolano anche nelle zone collinari!

A me piacciono la solitudine e il silenzio!

Puoi scegliere le gare individuali, camminare immergendoti nella musica della natura e riempirti gli occhi di fantastici panorami!

Io non sono un alpino!

Bene! Molti degli atleti non sono Alpini, ma appassionati di escursioni e attività all'aria aperta.