



**A.N.D.O.S. onlus**  
Associazione Nazionale Donne Operate al Seno  
**Comitato di Tolmezzo "Matilde Cucchiaro"**

&

A.S.D. Il volo dell'aquila  
**NORDIC WALKING CARNIA**



invitano ad un incontro informativo su:

**NORDIC WALKING...**  
**camminare è salute**

a

**TOLMEZZO**

**venerdì 5 ottobre ore 17,30**

**Sala Riunioni di via Marchi, 10**  
**(1° piano a fianco del Judo Club )**

**Interverranno:**

– **Gioia RIMONDI**

ONCOLOGA A.A.S.n.3 “Attività fisica e Tumore al seno: un opportunità per ridurre il rischio ? ”

– **Antonella URBAN e Amadio PITTONI**

ISTRUTTORI SCUOLA ITALIANA DI NORDIC WALKING  
“Tecnica e benefici del Nordic Walking”

– **Maria Grazia PASTORE**

MAESTRO DELLA SCUOLA ITALIANA DI NORDIC WALKING.  
L' esperienza diretta di Nordic Walking nella malattia raccontata anche nel libro: “NORDIC WALKING. Gioia di vivere.”