



**ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA
NORDIC WALKING ANDRATE**
Piazza Fraschetto - 10010 Andrate - Tel. 334 660.44.98
<http://www.viviandrate.it>
E-mail: scuolanordicwalking@viviandrate.it



Email2018NWAndrate10

Ciao a tutti, ecco l'attività dell'ASD Nordic Walking prevista nei Campus del Cammino e nel fine settimana

Campus del Cammino® di Rivarolo Canavese - Parco del Castello Malgrà - via Farina

Martedì 17 aprile dalle ore 16.30

Martedì 24 aprile dalle ore 16.30

Campus del Cammino® di Mongrando (BI) - Salone Polivalente

Mercoledì 18 aprile dalle ore 14.30

Mercoledì 19 aprile dalle ore 14.30

Campus del Cammino® di Carmagnola - Parco Cascina Vigna - via S. Francesco di Sales 188

Giovedì 19 aprile dalle ore 15.00

Giovedì 26 aprile dalle ore 15.00

Campus del Cammino® di Ivrea - Parco della Polveriera - via Lago S. Michele 5

Venerdì 13 aprile dalle ore 14.30

Venerdì 20 aprile dalle ore 14.30

CAMPUS DEL CAMMINO® - Camminare per la nostra salute!

Il camminare può essere trasformato -grazie alla tecnica del NW- in un'attività fisica vera e propria, utile a mantenersi in forma e a migliorare la postura. Allo scopo di proporre un'iniziativa infrasettimanale rivolta alle persone con necessità di svolgere un esercizio fisico costante -adottando uno stile di vita più attivo- l'ASD NW Andrate ha ideato e realizzato i **Campus del Cammino®** a Carmagnola, Ivrea, Mongrando e Rivarolo Canavese

Periodo di svolgimento: da settembre 2017 al 30 giugno 2018.

INFO 3346604498 o mail a scuolanordicwalking@viviandrate.it

DOMENICA 15 APRILE (previa prenotazione al 334 6604498 entro le ore 18 del 14/04/18)

ESCURSIONE DI NORDIC WALKING con manutenzione segnavia lungo i Sentieri Verde e Arancione dell'Andrate Nordic Walking Park

Ritrovo ore 9.00 presso la Scuola Nordic Walking di Andrate (Regione Salamia) - **ESCURSIONE GRATUITA**

INFO a pagina 2

DOMENICA 15 APRILE (previa prenotazione al 334 6604498 entro le ore 18 del 14/04/18)

LEZIONI DI NORDIC WALKING presso la Scuola di Nordic Walking di Andrate (Regione Salamia)

dalle ore 14 Lezioni Base, Lezioni Tecnica 1, Tecnica 2 e perfezionamento

► **IL CALENDARIO annuale dell'attività è pubblicato sul sito www.viviandrate.it**

Cliccando la voce **CALENDARIO ATTIVITA'** del menù in homepage potrete informarvi sulle attività previste per l'intero 2018.

A pagina 3 pubblichiamo in anteprima il **programma completo del 3° Trekking Cammino Don Bosco**, suddiviso in 9 tappe.

Inizio sabato 26 maggio e conclusione domenica 21 ottobre 2018.

► **NOVITA'- AGEVOLAZIONI per i nostri soci**

Oltre alla **convenzione** esclusiva dedicata ai tesserati dell'ASD Nordic Walking Andrate ed ai loro parenti di primo grado presso i diversi studi **OASIMEDICA** (vedere le agevolazioni e i servizi offerti alle pagine 3 e 4) si sono aggiunte nuove agevolazioni in virtù della **convenzione che abbiamo appena stipulato con JOLLY SPORT**, il più importante negozio di articoli sportivi di Torino

JOLLY SPORT - TORINO, Via Nizza 51/53 (www.jollysport.it) - Tel. 011 6507553

Orari apertura Lunedì 15:30-19:30 dal Martedì al Venerdì 9:30-12:30 15:30-19:30 Sabato 9:30-13 15:30-19:30

Ai nostri soci che presentano la tessera di adesione in corso di validità:

Sconti del 15% per bastoncini da Nordic Walking fissi e telescopici (Leki e Komperdell)

Sconti del 20% per tutto il materiale sportivo di ogni genere e l'abbigliamento tecnico



**ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA
NORDIC WALKING ANDRATE**
Piazza Frascchetto - 10010 Andrate - Tel. 334 660.44.98
<http://www.viviandrate.it>
E-mail: scuolanordicwalking@viviandrate.it



	Escursione con manutenzione segnavia lungo i Sentieri Verde e Arancione dell'Andrate Nordic Walking Park
Data	Domenica 15 aprile 2018
Tipo percorso	Sentieri di montagna
Tempo di marcia	3 ore comprese soste per manutenzione segnavia
Dislivello positivo	300 m
Lunghezza	km 7,5
Ora e luogo ritrovo	ore 9 alla Scuola Nordic Walking di Andrate (Regione Salamia)
Ora e luogo conclusione	ore 12 circa alla Scuola Nordic Walking di Andrate (Regione Salamia)
Grado difficoltà	escursionistica
Costo escursione	Gratuita - I partecipanti riceveranno gratuitamente la Guida con cartina dell'Andrate NW Park
Responsabile escursione	Claudio Baldi 334 6604498
Equipaggiamento	abbigliamento escursionistico e scarpe consoni alla stagione
Iscrizioni entro	entro le ore 18 di sabato 14 aprile
Altre info	escursione didattica adatta a tutti, che non presenta difficoltà

NOTE

- (1) i responsabili dell'escursione si riservano il diritto di annullarla in qualsiasi momento a fronte di condizioni meteo avverse
- (2) sono disponibili gratuitamente i bastoni da Nordic Walking per coloro che ne fossero sprovvisti
- (3) la partecipazione all'escursione è riservata ai soci dell'ASD NW Andrate in regola con il pagamento delle quote sociali. Si può aderire o rinnovare l'adesione anche al momento dell'iscrizione all'escursione. Chi è già socio è pregato di portare con sé la tessera



**ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA
NORDIC WALKING ANDRATE**
Piazza Frascetto - 10010 Andrate - Tel. 334 660.44.98
<http://www.viviandrate.it>
E-mail: scuolanordicwalking@viviandrate.it



Data	2018	PROGRAMMA 3° Trekking Cammino Don Bosco
Sab	26-mag	1a Tappa Torino-Basilica di Superga
Dom	27-mag	2a Tappa Basilica di Superga-Abbazia di Vezzolano
Sab	9-giu	3a Tappa Abbazia di Vezzolano-Castelnuovo Don Bosco-Mondonio-Colle Don Bosco
Dom	10-giu	4a Tappa Torino-Parco della Maddalena-Pecetto T.se
Sab	29-set	5a Tappa Pecetto T.se-Chieri
Dom	30-set	6a Tappa Villanova d'Asti-Colle Don Bosco
Sab	13-ott	7a Tappa Basilica di Superga-Moncucco T.se
Dom	14-ott	8a Tappa Moncucco T.se-Buttigliera d'Asti-Colle Don Bosco
Dom	21-ott	9a Tappa Colle Don Bosco-Chieri

Agevolazioni per i soci dell'ASD Nordic Walking Andrate presso gli Studi OASI MEDICA

Convenzione esclusiva dedicata ai tesserati dell'ASD Nordic Walking Andrate ed ai loro parenti di primo grado che offre:

- prima visita odontoiatrica gratuita e senza impegno con panoramica (laddove ritenuta necessaria dal medico)
- 20% di sconto su tutti i Trattamenti Odontoiatrici (escluso promozioni)
- gestioni urgenze odontoiatriche entro un'ora dalla richiesta
- 10% di sconto su tutte le Visite Specialistiche
- certificato medico sportivo di tipo non agonistico a soli 24 € (€ 20 in occasione delle manifestazioni ed eventi organizzati da ASD NW Andrate: Festa Polenta, Nordic Walking Festival, Giornate del Benessere)
- priorità di prenotazione
- finanziamenti agevolati in sede

Gli Studi OASIMedica

Cossato (BI) - Via Barazze, 1 - Tel. 01593932

Chivasso (TO) - Via Roma 6/F - Tel. 011 0743361

Borgaretto (TO) - V.le Giovanni XXIII, 8/3 - Tel. Odontoiatria 0113589219 - Tel. Specialistica 0113583148

Buttigliera Alta (TO) - Corso Superga, 31 - Tel. 0119322007

Grugliasco - Via Michelangelo, 13/A - Tel. 0119534500

Torino - Via Lorenzo Delleani, 8 - Tel. 011332015

Vinovo - Via Mazzolari, 34/2 - Tel. 0119652732

Vinovo, frazione Garino - Via Europa, 8 - Tel. 0119652356



**ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA
NORDIC WALKING ANDRATE**
Piazza Frascetto - 10010 Andrate - Tel. 334 660.44.98
<http://www.viviandrate.it>
E-mail: scuolanordicwalking@viviandrate.it



Diagnostica per Immagini

- Ecografia
- Ecocardiografia
- Ecocolordoppler
- TAC dentale Cone Beam
- Risonanza magnetica articolare



Fisioterapia

- Riabilitazione Funzionale
- Bendaggi funzionali
- Chinesiologia
- Ginnastica di gruppo
- Ginnastica posturale
- Logopedia
- Massoterapia
- Mobilizzazioni articolari
- Osteopatia
- Osteopatia pediatrica
- Psicomotricità
- Taping
- Tecarterapia



Servizi infermieristici

- Medico di Fiducia
- Analisi del sangue



Visite Specialistiche

- Cardiologia
- Chirurgia Plastica
- Dermatologia
- Endocrinologia
- Fisioterapia
- Flebologia Emodinamica
- Geriatria
- Ginecologia
- Medicina Estetica
- Medicina Generale
- Neurologia
- Neuropsicologia
- Oculistica
- Omeopatia
- Ortopedia
- Otorinolaringoiatria
- Pedagogia Clinica
- Pneumologia
- Psichiatria
- Psicologia
- Psicoterapia cognitiva
- Reumatologia
- Sessuologia Clinica
- Trattamento delle Roncopatie e delle Apnee Notturne
- Trattamento del dolore disfunzionale:
 - infiltrazioni articolari
- Urologia
- Valutazioni nutrizionali
- Vulnologia



Odontoiatria

- Chirurgia orale
- Implantologia
- Conservativa e Protesica
- Cosmesi dentale
- Gnatologia
- Igiene Orale
- Odontoiatria pediatrica
- Ortodonzia
- Parodontologia
- Rigenerazione ossea autologa
- Trattamento dei disturbi cranio-mandibolari
- Panoramiche e TAC dentali in Sede



Protocolli per lo Sport

- Diagnosi e trattamento delle patologie proprie dell'ambito sportivo
- Protocolli per la prevenzione degli infortuni
- Visita Medica Sportiva non agonistica



Robotica Funzionale

- Esercizi Riabilitativi Robotizzati per la funzionalità di Arti Inferiori e Superiori