



Pubblicato su *I.S.I.S. "Lino Zanussi" - Pordenone* (<http://old.isisanussi.pn.it>)

Lezioni di Nordic Walking al parco.

L'Isis Zanussi Pordenone organizza alcune lezioni gratuite di Nordic Walking presso il parco di San Valentino di Pordenone in orario extra scolastico (14.00-15.30) rivolte ad alunni, docenti, personale Ata dell'Istituto e genitori. Lo scopo é quello di diffondere una cultura del benessere fisico attraverso un'attività semplice e praticabile all'aria aperta. I bastoncini, necessari per la pratica del Nordic Walking, saranno messi a disposizione dalla scuola. L'abbigliamento necessario prevede scarpe da ginnastica e indumenti sportivi. Le lezioni saranno tenute dai docenti di scienze motorie dell'Istituto.

Il calendario delle lezioni, fino a dicembre, é il seguente (cadenza settimanale in giornate diverse per consentire a chi ha rientro pomeridiano di partecipare):

- Venerdì 24 ottobre
- Mercoledì 29 ottobre
- Lunedì 3 novembre
- Mercoledì 12 novembre
- Venerdì 21 novembre
- Mercoledì 26 novembre
- Lunedì 1 dicembre
- Venerdì 12 dicembre
- Mercoledì 17 dicembre

Il ritrovo é previsto alle ore 14 in palestra centrale dell'Istituto. In caso di pioggia le lezioni si svolgeranno comunque presso la palestra. Il termine di ciascuna lezione é previsto alle 15.30 circa.

Le iscrizioni alle lezioni di Nordic Walking si possono effettuare scrivendo all'indirizzo mail dell'Istituto pnis00900p@istruzione.it oppure rivolgendosi direttamente agli insegnanti di scienze motorie dell'Istituto. La partecipazione al corso é libera e gratuita, perciò non é necessario essere presenti a tutte le lezioni in calendario.

(**25/05/2026 - 00:15**): <http://old.isisanussi.pn.it/studenti/nordic-walking-al-parco?mini=2026-08>