

WALKING DAY COLDRERIO
4 settembre 2016
manifestazione non competitiva – speciale 10° anniversario

Walking
day
Coldrerio

10a EDIZIONE

In collaborazione con il Dicastero Sport e tempo libero



Comune di
COLDRERIO

Situazione (m)



Distanza 5,94 km

Salita totale 198 m

Altezza massima 360 m

Durata di marcia (pedali) 1 h 30 min

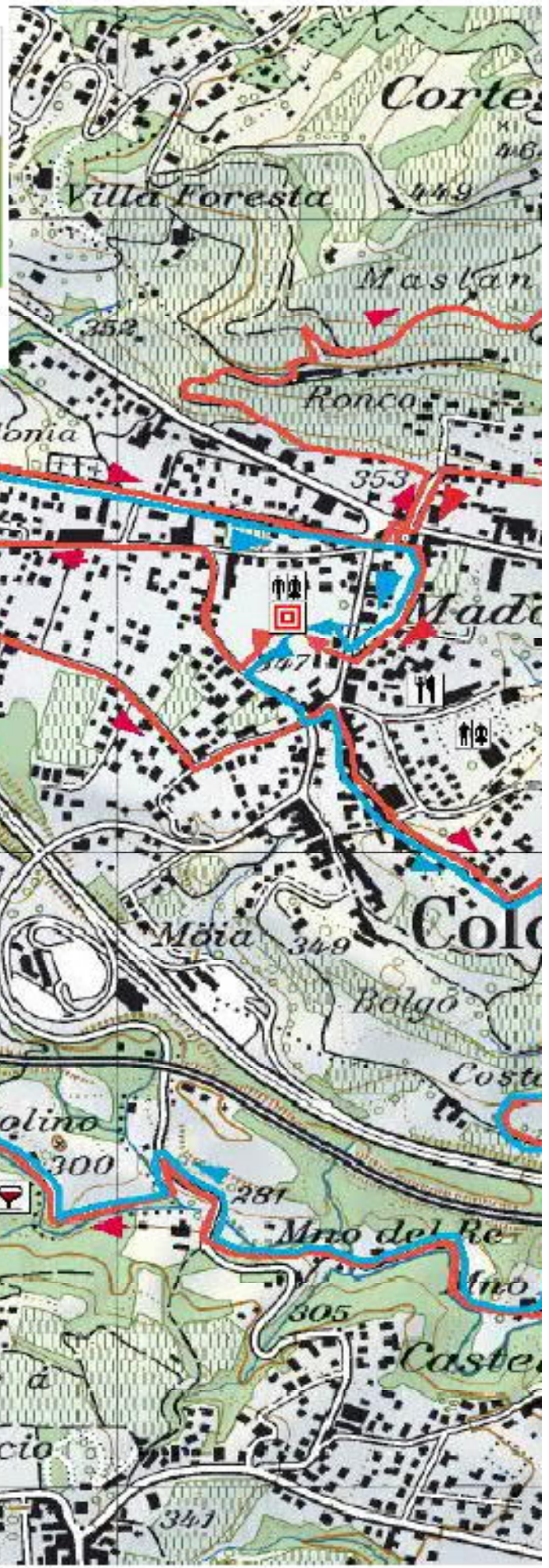
Fattore di sovrapprezzo 10,0

Distanza totale 107 m

Altezza minima 260 m

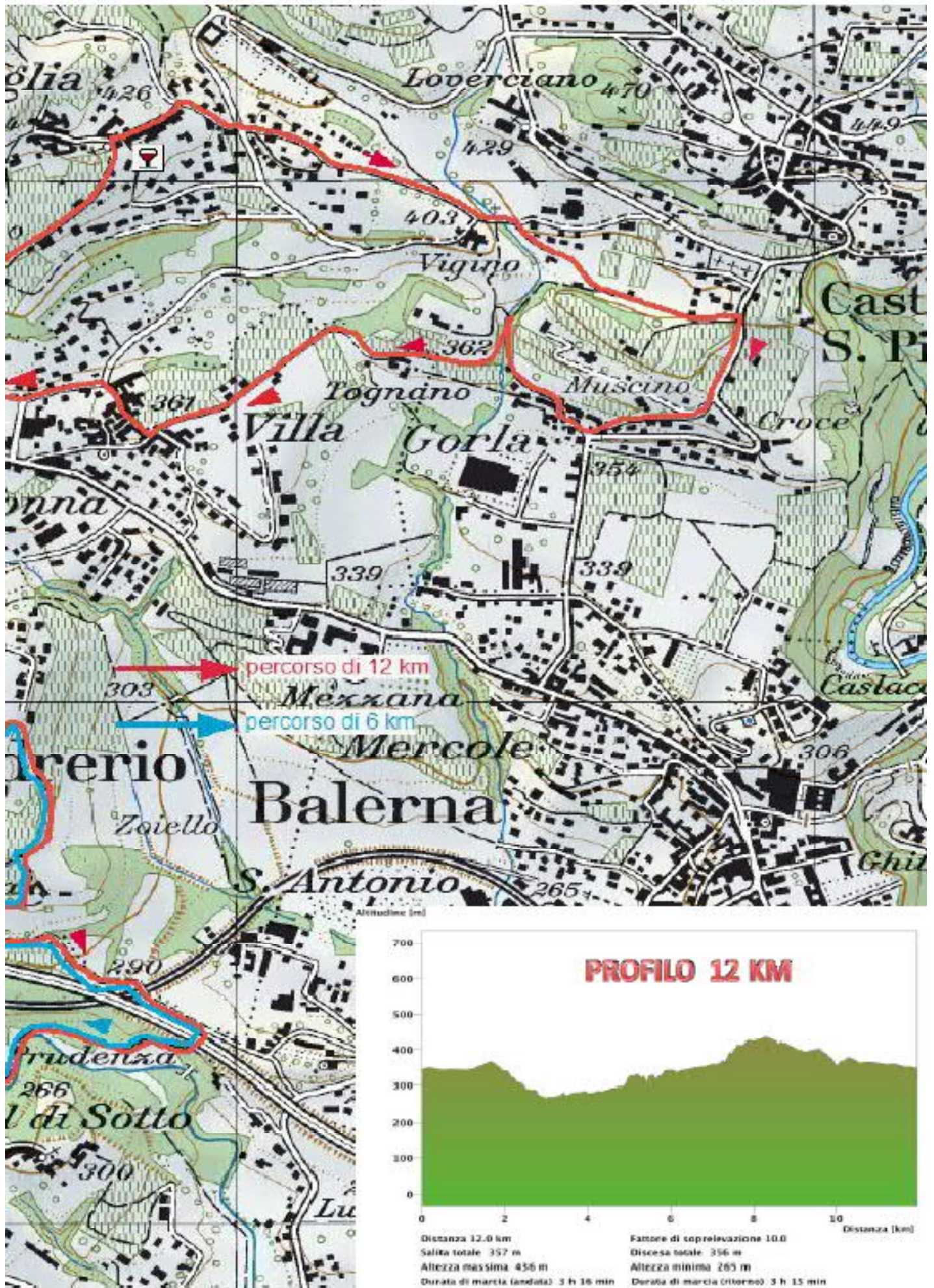
Durata di marcia (ritorno) 1 h 30 min

Distanza (km)



RAIFFEISEN

Banca Raiffeisen
della Campagnadorna



WALKING DAY COLDRERIO

4 settembre 2016

manifestazione non competitiva – speciale 10° anniversario

Data e luogo domenica 4 settembre 2016 – Parco del Paü, Coldrerio

Percorsi Walking / Nordic Walking **corto (7 km)** o **lungo (12 km)**

Orari
09:45 riscaldamento
10:00 partenza percorso lungo 12 km
10:45 riscaldamento
11:00 partenza percorso corto 7 km
12:30 aperitivo
13:00 pranzo

Iscrizione anticipata **CHF 10.00** (bambini e ragazzi fino a 14 anni: gratis)
Condizioni
- versamento **entro il 1° settembre 2016**
- sul conto IBAN CH61 8036 5000 0057 9275 3
- intestato a Walking day Coldrerio
- presso Banca Raiffeisen della Campagnadorna
- con indicazione del percorso scelto (corto o lungo)

Iscrizione sul posto **CHF 15.00** (bambini e ragazzi fino a 14 anni: gratis)
Condizioni
- **solo il 4 settembre 2016**
- **a partire dalle ore 9:00**
- fino a 5 minuti prima di ciascuna partenza

Pranzo **CHF 5.00** a persona (pasta al ragù, acqua, torta di pane)
Condizioni pagamento sul posto

Rifornimenti posti di rifornimento e primo soccorso lungo il percorso

Spogliatoi docce della palestra comunale a disposizione

Assicurazione a carico dei partecipanti
Si declina ogni responsabilità per incidenti, danni o furti

Tempo incerto a disposizione il n. di telefono **1600** il giorno stesso

Il nostro personale sarà presente su parte del percorso, ma non dappertutto:
RISPETTA LE NORME DELLA CIRCOLAZIONE !