



REAL CLUB PINEDA
SEVILLA

Nos sumamos a la nueva actividad deportiva del momento, la Marcha Nórdica



El pasado sábado, 2 de febrero, un grupo de socios participaron en el primer curso de Marcha Nórdica organizado por la Delegación de Sevilla de Nordic Walking y celebrado tanto en el Club como en las instalaciones aledañas.

Durante la jornada, los socios adquirieron los conocimientos básicos en una primera parte teórica impartida en la Casa Club por profesionales pertenecientes a la delegación. La segunda parte tuvo lugar en la zona de piscina exterior y estuvo dirigida a la familiarización con el bastón de marcha, la iniciación a la técnica correcta de Marcha Nórdica, coordinación o estiramientos específicos.

La formación finalizó con la puesta en práctica de todo lo aprendido a través de un recorrido realizado por el parque Guadaira 2, localizado en las inmediaciones del Club, pudiendo disfrutar, a su vez, de un fantástico día.

El curso tuvo muy buena aceptación, ya que se cubrieron la totalidad de las plazas y los socios adquirieron los conocimientos necesarios para comenzar a alcanzar los beneficios de la actividad.