



Programma INWF 2012

www.nordicwalkingfestival.it



PER LA PARTECIPAZIONE ALL'EVENTO è OBBLIGATORIO L'ACCREDITO

ed il RITIRO del BRACCIALETTO IDENTIFICATIVO c/o il "RIVIERA VILLAGE" di Piazzale Roma Riccione

Venerdì 7/9/2012 Mattina a Riccione

Iniziando con l'elemento **ARIA** che riporta a pensieri e parole, al bianco della luce

Ore 10:00 Apertura del **Riviera Festival Village** (RFV) che sarà ubicato in pieno centro a **Riccione in Piazzale Roma** in fondo Viale Ceccarini proprio sul mare: ritrovo, benvenuto, accoglienza Ospiti ed Accrediti presso il desk dedicato. per chi non avesse già parcheggiato in hotel può arrivare direttamente ai parcheggi sotterranei posti proprio sotto Piazzale Roma ed il lungomare di Riccione (da qualunque parte arrivate trovate gli accessi al sotterraneo) al costo di 1,80€ l'ora, venire a ritirare l'iscrizione, la busta ed il bracciale e poi andare a riporre l'auto in prossimità dell'hotel.

Ore 10:30 al RFV Inaugurazione attività stanziale **VISIONORDIC** (mostra permanente di immagini e parole nell'area denominata Riviera festival Village (aperta per tutta la durata del festival e con **SORPRESA PER LA SOLIDARIETA'**)

Ore 10:45 al **Palazzo del Turismo** (Piazzale Ceccarini 11 - Riccione) **CONFERENZA** di **Pietro Trabucchi** Psicologo e Coach della Nazionale Italiana di Ultramaratona - **RESILIENZA: IL FATTORE MOTIVAZIONALE NELLO SPORT**

Ore 11.00 al RFV **GIOCAILNORDIC** per i Bimbi a cura di Monica ed Adriano Bertazzi

Ore 11.45 **TUTTI AL MARE, TUTTI AL MARE** - Percorso marino di Nordic Walking a caccia delle perle della Perla

Ore 12:30 **APERIPARTY** con Noi

Pomeriggio per gli Ospiti disponibile per relax al mare o shopping **o ci vediamo a MISANO !!!**

Pomeriggio a Misano Adriatico ... a Misano puoi ... :)

Ore 14:30 Welcome al **Conca Village di Misano A.** (Via Litoranea Sud, 75 Misano Adriatico - Loc. Portoverde)

Ore 15:00 al Conca Village **FAMILY NORDIC WALKING** ed Inaugurazione NW Park Foce e Conca

Ore 15:30 al Conca Village **GYMSTICK** Nordic Walking al Conca Village con Fabio Moretti

Ore 16:15 **CONCA VILLAGE PARTY:** i colori del CONCA con assaggi di Gelato VIVINORDIC Ice della "Gelateria del Mare"

Ore 16.30 Camminata A **PASSO D'UOMO** per tutti ... lungo il percorso del Fiume Conca

Programma per gli Istruttori SINW

Ore 16:30 al Conca Village **SAFARI FOTOGRAFICO** di Nordic Walking

Ore 17:30 al Conca Village **NORDICANDO** lungo il bacino del Conca guidati dagli Istruttori della Valle

Ore 19:15 ritrovo al Ristorante **CAMELOT GUSTO e PALATO** (Via Ponte Conca 4 Misano Adriatico) sulle sponde del Torrente Conca per il **BARCAMP** degli Istruttori dove approfondiremo gli argomenti:

Il NW Sportivo - Carolina Monaci e Fabio Moretti / Nordic Walking e Pilates - Nicoletta Fiore / Nuove frontiere della SINW - Fabio e Pino / Trilogia del Nordic Walking - Silverio Valerio / Camminare per Ripartire - Raffaele Forapani

Ore 21:00 **CENA ISTRUTTORI** al Ristorante **CAMELOT GUSTOEPALATO** e grande gemellaggio nordico

Ore 23:30 **NOTTURNODINORDIC** (camminata NORDIC WALKING notturna)

Sabato 8/9/2012 mattina a Riccione

Proseguendo con l'elemento ACQUA ed il colore Blu alla ricerca di benessere ed emozioni

Ore 6.30 **ALBEDINORDIC** a picco sul mare ed escursione al "tetto del Mondo" - ritrovo al Conca Village di Misano Adriatico

Ore 7.30 **DINAMICHE SUFI** sul tetto del mondo

Ore 9:00 Piazzale Roma a Riccione - Apertura RFV ed accrediti del Sabato

Ore 9:15 al RFV **ED E' SUBITO TECNICA** con Nicoletta Fiore

Ore 9.30 al RFV **STRETCHING EMOZIONALE** con Daniela Trentini

Ore 9:45 al RFV **DYMONWALK:** valutazione della forza espressa sui bastoncini con Alessandro Pezzatini

Ore 10:00 al RFV **GIOCAILNORDIC** per i Bimbi con Monica e Adriano Bertazzi

Ore 10:30 al RFV **DEMODINORDIC:** prova il Nordic Walking con noi

Ore 10:45 al RFV **ELLISSEDINORDIC**: POSTURA E MOVIMENTO con Silva Scardovi
Ore 10:45 al RFV **BEACH NORDIC GYMSTICK** con Fabio Moretti
Ore 11:45 al RFV **LUNGO(A)MAREDINORDIC**
Ore 12:00 al RFV **RI-TROVARSI AL MARE**: Yoga e Respirazione con Daniela Trentini
Ore 12:45 al RFV **INSIEMEDINORDIC APERITIVO**: rientro al Riviera Festival Village tutti insieme con brindisi

pomeriggio a Riccione

Elemento TERRA: Verde è il colore del fitness

Ore 14:30 partenza dal RFV - **NORDICAILPARCO**: (*Parco della Resistenza, ingresso di via Romagna - Riccione*)
Inaugurazione 1° NW Park di Riccione ed attività
Ore 15:30 al Parco **Interval Training** con Alessandra Cazzola/ **NW Sprint** con Carolina Monaci / **PosturedaNordic** con Silva Scardovi/ **Parktour** con gli istruttori di Riccione
Ore 16:15 al Parco **STRETCHING DEI MERIDIANI** con Daniela Trentini
Ore 16:45 al Parco **CAMMINATA NORDICA DI RIENTRO e VISITA AL PONTE ROMANO**

Ore 17:30 al **Palazzo del Turismo** di Riccione **CONVEGNO "In FORZA con il Nordic Walking"**

La Forza della Tecnica con Fabio Moretti e la presentazione del DVD "NW la Tua Palestra a cielo aperto"
La Forza del Cuore e della Mente con Pino Dellasega
La Forza e la sua Misura nel Nordic Walking con Alessandro Pezzatini
La Forza dagli Alimenti: DIETA GIFT dalle calorie ai segnali con Luca Speciani
La Forza dei Pianeti e l'influenza nella cultura del cammino con Dr. Mariotti
La Forza dei Percorsi: Percorsi Urbani con Alessandra Cazzola e Percorsi Emozionali con Maria Daniela Trentini

Ore 22:00 **SERATA BEACH LOCALI IN SPIAGGIA**
Ore 00:30 dal RFV **Sand Nordic Walking on the moon**

Domenica 9/9/2012 mattina a Riccione

Elemento FUOCO: il colore Rosso per una mattina a tutto sport

Ore 6:45 al RFV **ALBADINORDIC SUL MARE**: Nordic walking & tuffo in mare con gli Istruttori di Riccione
Ore 8:30 Apertura Riviera Festival Village
Ore 9:00 dal RFV **COORDINAZIONE E MOVIMENTO** con Alessandra Cazzola
Ore 9:30 dal RFV **NORDIC WALKING D'aMARE** alla scoperta della spiaggia al Marano
Ore 9:45 al RFV **PILATES e NORDIC WALKING** con Nicoletta Fiore
Ore 10:00 al RFV **DEMO** di Nordic Walking
Ore 11:00 al RFV **NONSOLONORDIC**: divagazioni sul cammino **Il Fit Walking** con Agnese Zanotti / **La Marcia** Alessandro Pezzatini / **Il Nordic Walking** Pino Dellasega
Ore 12:30 al RFV **APERISALUTO AL MARE** con tutto lo staff

Ore 14:00 al RFV **PEDOBUSDINORDIC** per il Parco Oltremare
Ore 15:00 **Tutti ad Oltremare ...** spettacolo dei Delfini e tante altre emozionanti attrazioni !!!!!
Ore 18.00 Chiusura del Village

ARRIVEDERCI ALL'ANNO PROSSIMO !!!!

Per info e prenotazioni

Max Villa

335/7763641

maxwalking@gmail.com

Elena Barzotti COSTA HOTELS

0541 607636 333/6523607

info@costahotels.it



Grazie alla convenzione tra **SINW** ed il parco **OLTREMARE** di Riccione, avrete incluso l'abbonamento al Parco Oltremare **valido esclusivamente nei giorni della manifestazione 7/8/9 settembre 2012**. Per usufruire di tale convenzione è obbligatorio presentarsi al Parco ed esibire il **biglietto d'ingresso** (che vi consegneremo) **insieme al braccialetto identificativo regolarmente indossato.**

INDIRIZZI UTILI:

"Riviera VILLAGE" : Piazzale Roma, Riccione
Palazzo del Turismo: Piazzale Ceccarini, 1 - Riccione
"CONCA VILLAGE Misano" Via Litoranea Sud, 75 Misano Adriatico - Loc. Portoverde
Parco della Resistenza Riccione : Ingresso di Via Romagna - Riccione
PARCO OLTREMARE : via Ascoli Piceno, 6 - Riccione