



**3-10/10-17**  
**Agosto**  
**LIVIGNO**

**Running Camp**  
coach: **Rosa Alfieri**



## Programma

- \* 7 allenamenti di corsa
- \* 1 allenamento total body
- \* 1 allenamento agility
- \* 1 test valutativo finale

**Pernottamento in mezza pensione, (colazione e cena) acqua inclusa, presso l'Hotel ALPEN VILLAGE a Livigno.**

**Durante la settimana potrete partecipare ad attività facoltative, organizzate dal camp.**

- escursione con pranzo in Malga
- noleggio mtb

**more info: 339/89.27.763**

**iscrizioni:**  
**www.atleticareggio.eu**

