



MARCHA NÓRDICA

MARTXA NORDIKOA

SALIDAS (domingos) IRTEERAK (igandeetan)

- Octubre-**Urriak**: 8, 15, 22, 29.
- Noviembre-**Azaroak**: 5, 12, 19, 26.
- Diciembre-**Abenduak**: 17.
- Enero-**Urtarrilak**: 14, 21, 28.
- Febrero-**Otsailak**: 4, 11, 18, 25.
- Marzo-**Martxoak**: 3, 10, 17, 24.
- Abril-**Apirilak**: 14, 21, 28.
- Mayo-**Maiatzak**: 5, 12, 19, 26.

PRECIOS PREZIOAK

Nº salidas Irteera-kopurua	Empadonado/a Erroldatua	No empadronado/a Erroldatu gabea
1 salida Irteera bat	7 €	10 €
BONO 5 salidas (20% descuento) 5 irteeratarako BONUA (% 20ko deskontua)	28 €	40 €
BONO 10 salidas (35% descuento) 10 irteeratarako BONUA (% 35eko deskontua)	45,5 €	65 €



Inscripciones - Izen-emateak:

- **Antes de cada jueves a las 20.00 horas** en el **948 246 850**; facilitar nombre + apellidos + nº de teléfono. **Ostegunak baino lehen 20:00etan, 948 246 850 telefonoan; eman izena + abizenak + telefono-zenbakia.**
- **Mínimo:** 10 personas - **Máximo:** 18 personas. Si no hay 10 personas inscritas la salida se anulará y se avisará por wassap a las personas implicadas el viernes. **Gutxienez: 10 pertsona - Gehienez: 18 pertsona.** Hamar pertsona ez badaude, irteera bertan behera utziko da eta whatsapp bidez abisatuko zaie ostiralean inplikaturako pertsoneri.
- El **pago** de la salida o del bono se puede hacer en cualquier momento en control de accesos de la instalación (en metálico o con tarjeta). **Irteeraren edo bonuaren ordainketa edozein unetan egin daiteke instalazioaren sarbideetan dagoen kontrolean (eskudirutan edo txartelarekin ordaindu daiteke).**



Bastones - Bastoiak:

- Se prestarán bastones el día de la salida a quien los necesite. **Bastoiak irteera-egunean utziko zaizkio behar dituenari.**



Salida (9.30 h.) + llegada (12.00 h.): instalaciones deportivas
Irteera (9.30) + helmuga (12.00): kirol-instalazioak

“En el momento en que mis piernas empiezan a moverse, mi pensamiento empieza a fluir.”

“Hankak mugitzen hasten zaizkidanean, nire pentsamendua jariatzen hasten da.”

Henry David Thoreau