



### **MIRIAM CALZA'**

Istruttore Nordic Walking di secondo livello AICS.

Inizia a praticare il nordic walking nel 2008 e diventa istruttore nel 2012 conseguendo le seguenti specializzazioni:

- nordic walking riabilitazione oncologica (2012);
- nordic walking e diabete (2012);
- istruttore di 1° livello FIDAL (2014);
- dinamica della respirazione e consapevolezza del movimento del nordic walking (2014);
- nordic walking con bambini e anziani (2016);
- analisi biomeccanica del cammino e rieducazione posturale del nordic walking - 1° modulo (2016);
- educatore scolastico di nordic walking (2016).

Per l'Associazione segue:

- uscite di nordic walking al progetto Roverunning (del mercoledì mattina);
- allenamenti settimanali di mantenimento di nordic walking.

Le sue motivazioni:

*“Il nordic walking mi dà ben Essere e gioia. Benessere per me stessa e lo stimolo verso gli altri nel cammino. Gioia nel camminare passo dopo passo ascoltando il battito del cuore immersa nella bellezza della natura.”*

Attività:

Rovereto, Borgo Sacco.

Cell: 340 823 5130