

CALENDARI DEL CURS 2026

Dia	H.	Contingut	Lloc
Divendres 28 de novembre	15 a 18h	Presentació del curs	Online
		1. La Marxa Nòrdica (Història, definició i beneficis)	
		2. Fonaments de la Marxa Nòrdica	
		3. La Marxa Nòrdica a nivell federatiu	
Dissabte 29 de novembre de 2025	11-14 h i de 15 a 19h	Tècnic de la marxa nòrdica	Tarragona
Diumenge 30 de novembre	9-14 h	Treball de continguts i tècnica de la Marxa Nòrdica al circuit català.	Tarragona

hi haurà 2h de contingut per bloc per treballar a casa en forma de treball.