

Crash-Kurs im Nordic Walking

Nordic Walking Treff sucht Anfänger

Wachtberg. Seit zwei Jahren bietet der SSV Wachtberg 1975 mit steigender Begeisterung seinen Nordic Walking Treff an. Vom 10. Januar bis 7. Februar 2009 wird jetzt zusätzlich ein Crash-Kurs Nordic Walking für Anfänger angeboten. Dieser findet immer samstags um 9 Uhr statt und beginnt auf dem Parkplatz zwischen Gimmersdorf und Villip. An fünf Samstagen wird in Einheiten zu je 120 Minuten die Grundtechnik im Nordic Walking erlernt. Alle Teilnehmer, die sich anschließend für den Nordic Walking Treff anmelden, können dann

kostenlos einen weiteren Monat lang die Technik verbessern und verfeinern. Professionelle Nordic Walking Stöcke werden für den Crash-Kurs gestellt. Um eine kurze Anmeldung unter Tel. (02 28) 2 89 48 43 wird gebeten.

Wöchentlicher Nordic Walking Treff

Der Nordic Walking Treff richtet sich an alle, die gemeinsam die Natur erleben wollen und bereits die Grundtechnik im Nordic Walking erlernt haben. Unter Berücksichtigung aller gesundheitlichen

Aspekte und der effektiven Nordic Walking Technik wird immer samstags um 9 Uhr vom Parkplatz zwischen Gimmersdorf und Villip gestartet und das Gebiet rund um Berkum erobert. Auch für den Nordic Walking Treff können Stöcke in begrenzter Stückzahl gestellt werden.

Weitere Informationen und Anmeldungen sind erhältlich über die Homepages www.ssv-wachtberg.de oder www.nwimssv-wachtberg.de, unter Tel. (02 28) 2 89 48 43 oder per e-Mail unter info@nwimssv-wachtberg.de.