

Crashkurs für Freizeitsportler im Nordic Walking

Wollten Sie immer schon einmal Nordic Walking kennen lernen? - haben aber keine Zeit für lange Kurseinheiten. Würden Sie gern einmal ihre vom Nordic Walking begeisterte bessere Hälfte begleiten? - Sie wissen aber nicht, wie es geht. Oder wollen Sie sich einfach einmal am Samstagmorgen sportlich betätigen? - und das in frischer winterlicher Natur.

Dann sollten sie unbedingt unseren Crashkurs Nordic Walking für Anfänger besuchen. Wir bieten ihnen über fünf Samstage, begin-

nend am 10. Januar 2009 jeweils von 09.00 Uhr bis 11.00 Uhr die Gelegenheit die Nordic-Walking-Technik zu erlernen oder wieder auf den neuesten Stand zu bringen. Wir unterrichten sie nach der Alfa-Technik.

Die Gruppengröße ist auf maximal 13 Teilnehmer begrenzt. Weitere Informationen und Anmeldungen erhalten Sie auf unserer Homepage unter www.nwimssv-wachtberg.de, per E-Mail unter info@nwimssv-wachtberg.de oder per Telefon unter 0228/2894841.■