

# Bewegung in der Natur

## Crashkurs für Freizeitsportler im Nordic Walking

**Wachtberg.** Für Menschen die immer schon einmal Nordic Walking kennen lernen wollten, aber keine Zeit für lange Kurseinheiten haben und sich dennoch sportlich betätigen möchten und das in frischer winterlicher Natur ist der Crashkurs „Nordic Walking für Anfänger“ ideal.

Über fünf Samstage, beginnend am 10. Januar jeweils von 9 Uhr bis 11 Uhr haben alle Interessierten die Gelegenheit, die

Nordic Walking Technik zu erlernen oder wieder auf den neuesten Stand zu bringen. Unterrichtet wird nach der Alfa-Technik.

Die Gruppengröße ist auf maximal 13 Teilnehmer begrenzt. Weitere Informationen und Anmeldungen erhalten auf der Homepage: [www.nwimssv-wachtberg.de](http://www.nwimssv-wachtberg.de), per e-Mail unter [info@nwimssv-wachtberg.de](mailto:info@nwimssv-wachtberg.de) oder unter Tel: (02 28)2 89 48 41.