(Nordic)- Walking

Die regelmäßige Teilnahme an den (Nordic)-Walking-Einheiten (ca. 90 Minuten) führt zur kontinuierlichen Verbesserung der eigenen Fitness. Mit oder ohne Stöcke - keine Frage - beide Varianten sind vertreten. Immer mal wieder eine kleine Streckenveränderung und schon macht es noch mehr Spaß. Einsteiger sind jederzeit willkommen!

Nordic Walking	Datum	Uhrzeit	Ort/Treffpunkt
	Dienstag	18:45 Uhr	Höger Forst / Wanderparkplatz
	Dienstag	18:45 Uhr	Rohrbach / Penny Parkplatz

NEU Nordic Walking Gesundheitssport

Nordic Walking gibt es bei uns jetzt auch für Anfänger. Diese Kurs sind als Präventionsmaßnahme nach § 20 SGB Präventionsgesetz anerkannt und gelistet (Kurs-ID 20180827-1038822). Daher ist eine Erstattung der Kursgebühr durch die gesetzliche Krankenkasse möglich (meist 75-80%). Fragen Sie vor Kursbeginn bei Ihrer Krankenkasse nach.
Mehr dazu erfahrt Ihr hier.

Ansprechpartner	Abteilungsleitung	Hannelore Meßner	
	Übungsleiterin	Hannelore Meßner	08442 - 45 74

Phoca PDF