



„Nordic Walking“ für Fortgeschrittene

Aktiv in die Woche !

In diesem Kurs treffen wir uns zu gemeinsamen Nordic Walking-Touren. Die Distanzen betragen zwischen 7 und 9 km. Zurück am Ziel runden Dehn- und Kräftigungsübungen die Einheit ab.

Bitte mitbringen: Nordic Walking Stöcke, angemessene Kleidung

Kursstart: Montag, 17. Februar 2020

Kurseinheiten: 10 x

Treffpunkt: Parkplatz Sportheim, 08.30 – 09.45 Uhr

Kursleitung: Yvonne Endler-Fritsch

Kursgebühr: 39,--€ Nichtmitglieder / 35,-- € Vereinsmitglieder

Anmeldung bei Yvonne Endler-Fritsch, Tel 8285

yvro-fritsch@t-online.de / y.endler-fritsch@sv-bondorf.de