



Neuer Kurs!

„Nordic-Walking“

Wann: ab Di, 17.04.2018 (8x)
dienstags und donnerstags
10.00- 11.00 Uhr

Treffpunkt: vor dem Vereinsheim
TSG Seckenhäuser-Fahrenhorst e.V.

Nordic Walking ist Fitness für jedes Alter. Es ist eine sehr effektive Bewegungsform und fördert die Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination! Erlerne die richtige Lauftechnik unter Leitung eines Nordic Walking Trainers - auch für alle eine ideale Einstiegsaktivität, die längere Zeit keinen Sport gemacht haben.

Kursgebühr: 16,00€ für Mitglieder/24,00€ für Nichtmitglieder

Anmeldung und nähere Infos bei:
Christian Andresen unter Tel. 0421/2574647 oder
candresen@t-online.de



www.tsg-seckenhäuser.de