

Regelmäßiges Nordic Walking



■ Instruktorin Maria Eichel-Wilke (3.v.li.) mit einer Lehrgangs-Gruppe. FOTO: LAUFTREFF

Mondorf. Weiterhin kostenlos bietet der Lauftreff des TuS Mondorf seinen Nordic Walking-Treff für ausgebildete Walker an. Treffpunkt ist immer dienstags um 18.30 Uhr auf dem Parkplatz Rheinallee in der Nähe der Mondorfer Fähre. Die Teilnahme muss allerdings wegen der kompakten Materie von dem Besuch eines der angebotenen Nordic Walking-Kurse abhängig gemacht werden. Die vom Leichtathletik-Verband Nordrhein ausgebildeten Betreuerinnen vermitteln die Technik des Nordic Walking. Einsteiger erlernen schnell und mit viel Freude diese Sportart.

Um die richtige Technik

des Nordic Walking zu erlernen, bietet der Nordic Walking-Treff des Lauf- und Walking Treff TuS Mondorf montags und dienstags einen Kurs „Nordic Walking“ an. Die Kurse werden an beiden Tagen jeweils von 18 bis 19.30 Uhr mit insgesamt vier Unterrichtseinheiten durchgeführt. Kurse finden am 4./5. April, 9./10. Mai, 6./7. Juni, 4./5. Juli, 1./2. August und 5./6. September statt. Treffpunkt ist um 18 Uhr auf dem Parkplatz Rheinallee in Mondorf. Die Teilnehmer erhalten die benötigten Nordic Walking-Stöcke von der Kursleiterin. Anmeldungen nimmt Maria Eichel-Wilke unter 02208-2931 entgegen.

NWE, 26-03-16