

Die Begeisterung am Nordic Walking hält an Deutschland geht am „Stock“



Fit mit zwei Stöcken im Lauf- und Walking-Treff TuS Mondorf - wer macht mit?

(Ot) - Um die richtige Technik des Nordic Walking zu erlernen, bietet der Nordic Walking-Treff des Lauf- und Walking Treff TuS Mondorf für Interessierte montags und dienstags einen Kurs „Nordic Walking“ an. Die Kurse werden an beiden Tagen jeweils von 18:00 bis 19:30 Uhr mit insgesamt 4 Unterrichtseinheiten an 2 Tagen durchgeführt. Die Kursgebühr beträgt 30 € pro Person. Treffpunkt ist immer der Parkplatz an der Rheinallee in Mondorf.

Unsere vom Leichtathletik Verband Nordrhein ausgebildete Instruktorin Maria Eichel-Wilke vermittelt Ihnen dabei die Technik-Materie des Nordic Walkens sowohl theoretisch als auch praktisch.

Die für das Kursangebot Verantwortliche bietet während der je-



weiligen Einweisung Einblicke in die richtige Stockwahl, Stocklänge und in weiteren Kurseinheiten die Technik des Nordic Walkens.

Für die kommenden Termine sollten sich Interessierte mit Maria Eichel-Wilke in Verbindung setzen:

13.05. und 14.05.2019
03.06. und 04.06.2019
01.07. und 02.07.2019
05.08. und 06.08.2019
02.09. und 03.09.2019

Die beiden nächsten Termine sind also am 13.05. und 14.05.2019.

Wir freuen uns auf Sie und heißen alle herzlich willkommen, die den Sprung in einen bewegteren Leben wagen.

Bei Interesse wird um telefonische (02208 / 2931) bzw. schriftliche Voranmeldung (maria-wilke@gmx.de) gebeten.



MoZ, 28.04.19