



Anfängerkurs für Nordic-Walking



Die Laufabteilung der TG Lage bietet einen (Nordic-) Walking-Kurs an.

In 4 Einheiten von jeweils 60 Minuten Dauer werden die Grundlagen des Nordic-Walkings von erfahrenen Trainern vermittelt.

Der Kurs ist speziell für Neueinsteiger eine ideale Möglichkeit zum Kennenlernen dieser Sportart mit professionellen Anleitungen.

Beginn ist ab Mittwoch, dem 19. März 2025, jeweils um 18.00 Uhr an der Turnhalle Eichenallee in Lage.

Die folgenden Termine beginnen ebenfalls Mittwochs zur gleichen Zeit.

Die Kurskosten für alle 4 Einheiten betragen zusammen 16,00 €.
Für Mitglieder der TG Lage beträgt der ermäßigte Preis 12,00 €.

Auskünfte und Anmeldungen sind bei **Martina Bruns (05232 18025)** oder **Peter Anders (05232 3030)** möglich.

Um eine intensive Begleitung aller Kursteilnehmer zu gewährleisten, ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Melden sich weniger als 5 Personen an, findet der Kurs nicht statt!

Für diesen Anfänger-Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Leihstöcke können gestellt werden.

