



<https://biz.li/33tk>

FIT DURCH SPÄTSOMMER UND HERBST:NEUER TSG-ANFÄNGERKURS NORDICWALKING

Veröffentlicht am 03.08.2017 um 06:03 von Redaktion Burgwedel-Aktuell

Die Walking-/NordicWalking Abteilung der Turnerschaft

Großburgwedel e.V. (TSG) startet nach den Sommerferien wieder durch. Die Abteilung bietet auch in diesem Herbst wieder eine Einstiegsmöglichkeit in die Ausdauersportart NordicWalking. Die schwungvolle Bewegung beansprucht das Herz-/Kreislaufsystem, regt den Stoffwechsel an, stärkt Muskeln und Knochen und rückt überschüssigen Pfunden zu Leibe. Der Anfängerkurs startet am Mittwoch den 16. August 2017 um 19 Uhr und der Fortgeschrittenenkurs startet am Montag den 14. August um 18 Uhr. Alle interessierten Freizeitsportler/innen treffen sich jeweils auf dem Sportplatz "Auf der Ramhorst". Die Anfänger treffen sich 8 Mal und die Fortgeschrittenen 5 Mal, um die Grundlagen/erweiterten Kenntnisse dieser Sportart zu erlernen und damit fit und aktiv in Spätsommer und Herbst zu starten. Die Kurse starten mit einer Mindestanzahl von 4 vier Teilnehmern. Walkingstöcke können gegen eine geringe Gebühr ausgeliehen werden. Für Vereinsmitglieder entfällt die Kursgebühr, Nichtmitglieder zahlen für den Anfängerkurs 40 Euro und für den Fortgeschrittenenkurs 25 Euro. Anmeldung und weitere Informationen über Susanne Jensen unter Telefon 05139/9704486 oder per Mail an walking@tsg-info.de.