



WIE WALKT MAN RICHTIG?

NORDIC WALKING TRAINING IM HERBST

Wichtig ist es, den richtigen Bewegungsablauf Schritt für Schritt zu erlernen. Unser KSV Nordic Walking Training ist FÜR ALLE PERSONEN geeignet, die sich gerne in der Natur bewegen und zusätzlich etwas für ihre Gesundheit tun möchten – egal, wie aktiv oder fit sie aktuell sind. Unsere Trainerin zeigt den Teilnehmer*innen in Theorie und Praxis das 1x1 des Nordic Walking.

Folgende Termine stehen zur Auswahl

Einführungskurs (16:30 bis 19:30 Uhr)

Di, 6. September 2022

Do, 8. September 2022

Mo, 26. September 2022

Do, 29. September 2022

Übungseinheit (16:30 bis 18:00 Uhr)

Di, 4.10.2022

Di, 18.10.2022

Angebot für den Einführungskurs (3 Std.) und eine Übungseinheit (1,5 Std.)

€ 15,- für Gewerkschaftsmitglieder (younion)

€ 45,- für Nicht-Mitglieder

Anmeldung bis spätestens 30.8.2022:

Per E-Mail an michael.witzmann@wien.gv.at

Alle Infos unter www.ksv-wien.at/nordicwalkingtraining