



NORDIC WALKING TRAINING

RICHTIG WALKEN FÜR ALLE IM HERBST

In der goldenen Jahreszeit startet wieder unser KSV Nordic Walking Training für Einsteiger, die von Beginn an richtig walken und Fortgeschrittene, die ihre Praxis auffrischen oder verbessern wollen. Das Training ist insgesamt für alle geeignet, die sich gerne in der Natur bewegen und etwas für ihre Gesundheit tun möchten – egal, wie aktiv oder fit sie aktuell sind. Wichtig ist, Schritt für Schritt den richtigen Bewegungsablauf zu erlernen. Unsere Trainerin zeigt den Teilnehmer*innen in Theorie und Praxis das 1x1 des Nordic Walking.

TERMINE

Einführungskurs

Di, 6.10.2026, 16:30 bis 19:30 Uhr

Übungseinheit

Di, 13.10.2026, 16:30 bis 18:00 Uhr

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

€ 20,- für Gewerkschaftsmitglieder (younion)

€ 55,- für Nicht-Mitglieder

ANMELDUNG bis 28.9.2026 an

aktion@hg1.wien.gv.at

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

