

Nordic Walking Intensiv-Workshop

... auch für Nicht-Mitglieder



Nordic Walking beim SC Mommenheim ist aus der Sommerpause zurück mit einem

Nordic Walking Intensiv-Workshop Basics für Einsteiger und Geübte

Nordic Walking – neu ausprobieren oder mit einem update die Kenntnisse auffrischen? Dann ist der Intensiv-Workshop Basics genau das Richtige:

Der Workshop umfasst 2 Termine mit jeweils 1,5 Stunden Trainingszeit und findet am Montag, den 07.09.2026 und Montag, den 14.09.2026 jeweils von 17.30 – 19.00 Uhr statt.

Teilnehmen können – nach vorheriger Anmeldung – Mitglieder des SC Mommenheim sowie alle anderen Interessierten. Für Mitglieder des SC Mommenheim ist das Angebot kostenlos, Nicht-Mitglieder zahlen € 25,-.

Treffpunkt: Bogenplatz des SC Mommenheim

Ausrüstung: Stabiles Schuhwerk, wetterfeste Kleidung, Sonnenschutz, falls vorhanden Pulsuhr und Nordic Walking Stöcke [Nordic Walking Stöcke können auch gegen eine geringe Gebühr bei der Kursleiterin ausgeliehen werden], Getränk, ggf. kleiner Snack

Anmeldung bei der Kursleiterin Ulrike Klein (Nordic Walking Ausbilderin beim Skiverband Rheinland, B-Trainerin Prävention „Gesundheitstraining Haltungs- und Bewegungssystem“): E-Mail nordicwalking@sc-mommenheim.de oder telefonisch unter 0170-9921241.

UK