

Die Warendorfer Sportunion bietet für alle, die Nordic Walking einmal richtig erlernen wollen einen Einführungskurs in diese Technik an.

Vor allem die Tatsache, dass bei Nichterlernen der richtigen Technik und somit falschem Bewegungsablauf Haltungsschäden auftreten können, sollte alldenjenigen zu denken geben, die der Meinung sind, dass man Nordic Walking auch ohne detaillierte Kenntnisse in dieser Laufart betreiben könne.

Kursbeginn ist am 19. April 2011 um 17 Uhr mit der theoretischen Einführung und hat in 5 Gruppenstunden (jeweils dienstags 18:00 Uhr) das Erlernen der richtigen Technik zum Ziel.

Kosten: 20 Euro, danach ist die Teilnahme als WSU-Mitglied in der Nordic Walking-Gruppe kostenlos.

Anmeldungen nimmt die WSU Geschäftsstelle bis Donnerstag, den 14.04.2011 zu den gewohnten Öffnungszeiten entgegen: Mo und Do 14-18 Uhr, Di 9-12 Uhr
Tel. 02581 - 6197, Adresse: Barentiner Str. 11

