

Nordic-Walking-Treff im Nidelbad

- ist genial
- ist einzigartig
- ist gut erlernbar
- macht extrem Spass
- ist sehr stressabbauend
- ist total ideal für Sportmuffel
- ist ein sehr effizientes Ganzkörpertraining
- begeistert Männer, wenn Sie Vorurteile überwinden
- ist eine hervorragende Unterstützung zur Gewichtsreduzierung

Praktisch Alle, die Nordic-Walking ausprobieren, sind begeistert!

Start

ab **10 Juli 2007** jeden **Dienstag**
18:30 Uhr, Dauer ca. 90 Minuten
Treffpunkt: Diakonie Nidelbad, Rüschlikon

Teilnehmen können alle, egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene!

Kosten

pro Durchführung 5.—CHF pro Person, Stockmiete 5.—CHF

Leitung abwechselnd durch



Daniela



Günther



Simone

Weitere Informationen unter 079/688 1375 (Günther)

 **ALLEZ HOP**

Bewegen. Mit Spass.