

## Neues Kurs-Angebot der *LG Steinlach*

# “Komm in Form” – Nordic-Fitness-Walking

### Frühjahrs-Einsteiger-Kurs Nordic-Walking bei der *LG Steinlach*

Sie wollten sich schon wiederholt den berühmten Ruck geben? Etwas für Ihre Gesundheit, Ihre Fitness, Ihr Wohlbefinden tun? – Dann sind Sie jetzt im Frühling beim Einsteiger Kurs Nordic-Fitness-Walking „**Komm in Form**“ genau richtig. Viele weitere Vorteile des Nordic-Walkings lernen Sie im Walking Treff der *LG Steinlach* kennen und schätzen. Interessiert? Dann nichts wie los.

- **Wann?**           mittwochs im Mai: 02.05./09.05./16.05./23.05. 2012
- **Zeit?**           jeweils 14.30 Uhr  
                          und Feierabendkurs um 18.30 Uhr
- **Wo?**             Treffpunkt Freibadparkplatz Mössingen
- **Leihstöcke sind vorhanden**

Unkostenbeitrag für den gesamten Kurs mit vier Einheiten: 12 Euro für Mitglieder der Spvgg Mössingen, des TV Belsen und des TV Hechingen, 25 Euro für Nichtmitglieder.

### Infos & Anmeldung bei Kursleiterin:

Maria von Wulfen, Walking & Nordic-Walking Betreuer / WLW  
Tel.: 07473-270972, mail: [vonwulfenmaria@aol.com](mailto:vonwulfenmaria@aol.com)

Im Nordic-Walking-Treff der *LG Steinlach* können Sie unter fachkundiger Anleitung regelmäßig Nordic-Walking betreiben und dabei die herrliche Umgebung Mössingens „erlaufen“ und manch unbekanntes Weg kennen lernen. Für Vereinsmitglieder selbstverständlich kostenlos. **Sie wollen unsere Gruppen kennen lernen? Schauen Sie vorbei, schnuppern Sie bei uns rein. Anfänger und Geübte sind willkommen.**

### **Unsere ständigen Nordic-Walking-Termine:**

- mittwochs, 14.30 Uhr und 18.30 Uhr, Freibadparkplatz
- samstags, 16.00 Uhr, Freibadparkplatz.