



Sportkreis Bodensee - Lauftreff Friedrichshafen

Nordic Walking für Anfänger

Friedrichshafen – Der Lauftreff Friedrichshafen bietet im Oktober einen Nordic-Walking-Kurs für Anfänger an. Unter fachkundiger Anleitung lernen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die richtige Technik und bekommen Tipps zum effektiven Training.

Der Kurs beinhaltet zwei 1,5-stündige Einheiten und wird am Samstag, 10. Oktober, und Samstag, 17. Oktober, veranstaltet. Beide Termine starten jeweils um 15.30 Uhr.

Stöcke sollten, falls vorhanden, mitgebracht werden. Andernfalls können sie gegen Gebühr von fünf Euro vor Ort ausgeliehen werden. Die Kurskosten betragen 20 Euro, darin enthalten ist ein Lauftreff-T-Shirt. Die Teilnehmerzahl ist auf zwölf begrenzt.

Infos und Anmeldung bei Lauftreffleiter Wolfgang Kleinertz per E-Mail unter: info@lauftreff-fn.de. Mehr Informationen über den wöchentlichen Lauftreff des Sportkreises gibt's unter www.lauftreff-fn.de.