

Lauftreff mit Anleitung über 15 Wochen:

- Für **Anfänger und Wiedereinsteiger** mit qualifizierter Anleitung durch die Diplom Sportlehrerin und ausgebildete Nordic Walking-Trainerin Evelyn Jacobsen.
- Neben dem Spaß am gemeinsamen Laufen, geht es um das Erlernen der richtigen Technik (u.a. Beinarbeit und Stockeinsatz). Dazu gehört natürlich auch das Aufwärmen und abschließende Dehnen.
- Der Lauftreff findet **jeden Dienstag von 17.00 18.00 Uhr** statt (Treffpunkt vor dem Vitadrom).
- Wenn eigene Stöcke vorhanden sind, sollten diese bitte mitgebracht werden. Stockleihe im Vitadrom möglich.
- Rückfragen an m.weckerle@sportvg-feuerbach.de
- Beginn ist der 07. März
- Anmeldung unter: https://sportvgfeuerbach.buchungscloud.de/