



<https://biz.li/2quf>

FIT DURCH FRÜHLING UND SOMMER: NEUER TSG-ANFÄNGERKURS NORDICWALKING

Veröffentlicht am 31.03.2016 um 14:08 von Redaktion Burgwedel-Aktuell

Die Walking/NordicWalking Abteilung der Turnerschaft

Großburgwedel (TSG) bietet auch in diesem Frühjahr wieder eine Einstiegsmöglichkeit in diese Ausdauersportart. Aktuell laufen die Vorbereitungen für die neuen Anfänger- und Fortgeschrittenenkurse der TSG im NordicWalking. Die Anfängerkurse starten am 13. April 2016 um 19:00 Uhr und am 14. April 2016 um 14:30 Uhr. Der Fortgeschrittenenkursus startet am 11. April 2016 um 18:00 Uhr. Alle interessierten Freizeitsportler/innen treffen sich jeweils auf dem Sportplatz auf der Ramhorst. Die Anfänger treffen sich 8 Mal und die Fortgeschrittenen 5 Mal um die Grundlagen beziehungsweise erweiterten Kenntnisse dieser Sportart zu erlernen und damit fit und aktiv in das Frühjahr zu starten. Die schwungvolle Bewegung beansprucht Herz und Kreislauf, regt den Stoffwechsel an, stärkt Muskeln und Knochen und rückt überschüssigen Pfunden zu Leibe. Die Kurse starten mit einer Mindestanzahl von 4 Teilnehmern. Walkingstöcke können gegen eine geringe Gebühr ausgeliehen werden. Für Vereinsmitglieder entfällt die Kursgebühr, Nichtmitglieder zahlen für den Anfängerkurs 40 Euro und für den Fortgeschrittenenkurs 25 Euro. Anmeldung und weitere Informationen über Susanne Jensen unter Telefon 05139/9704486 oder per Mail an walking@tsg-info.de.