



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

FIT DURCH DEN HERBST, NEUER TSG- ANFÄNGERKURS NORDICWALKING

Veröffentlicht am 26.08.2016 um 07:34 von Redaktion Burgwedel-Aktuell

Die Walking/ NordicWalking Abteilung der Turnerschaft Großburgwedel (TSG) bietet auch in diesem Herbst wieder eine begleitete Einstiegsmöglichkeit in diese Ausdauersportart. Aktuell laufen die Vorbereitungen für die neuen Anfänger- und Fortgeschrittenenkurse der TSG im NordicWalking. Der Anfängerkurs startet am Mittwoch, 7. September 2016, um 19:00 Uhr. Der Fortgeschrittenenkurs startet dann am Montag, 19. September 2016, um 18:00 Uhr. Alle interessierten Freizeitsportlerinnen und -sportler 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 den

Herbst und die Winterzeit zu starten. Die schwungvollen Bewegungen beanspruchen Herz und Kreislauf, regen den Stoffwechsel an, stärken Muskeln und Knochen und rücken 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. Anmeldungen und weitere Informationen sind ab sofort über Susanne Jensen unter der Rufnummer 05139/9704486 oder per Mail an walking@tsg-info.de möglich.

