



<https://biz.ii2yyl>

TSG WALKING: NEUE KURSE UND TRAININGSZEITEN

Veröffentlicht am 31.03.2017 um 06:24 von Redaktion Burgwedel-Aktuell

Nach der Umstellung auf die Sommerzeit startet auch die Abteilung Walking/ NordicWalking der Turnerschaft Großburgwedel neu durch und wird wieder ins Grüne laufen. Die Läufer treffen sich ab dem kommenden Montag, 3. April 2017 wieder montags um 18 Uhr am Sportplatz Auf der Ramhorst und mittwochs um 18 Uhr am Bahnhof. Die Abteilung bietet auch in diesem Frühjahr wieder eine Einstiegsmöglichkeit in die Ausdauersportart NordicWalking. Die schwungvolle Bewegung beansprucht das Herz-/ Kreislaufsystem, regt den Stoffwechsel an, stärkt Muskeln und Knochen und rückt überschüssigen Pfunden zu Leibe. Der Anfängerkurs startet am Mittwoch, 5. April 2017, um 19 Uhr und der Fortgeschrittenenkurs startet am 1. April 2017 um 18 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/ erweiterten Kenntnisse dieser Sportart zu erlernen und damit fit und aktiv in Frühjahr und Sommer zu starten. 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.

