

Nordic Walking Gruppenkurs



krebsliga schaffhausen

Einführung ins Nordic Walking

In einer kleinen Gruppe werden Sie von Andi Keilhack ins Nordic Walking eingeführt. Durch die regelmässige körperliche Aktivität können Begleiterscheinungen einer Erkrankung oder Therapie gelindert werden. Die körpereigene Abwehr wird günstig beeinflusst und die anhaltende Müdigkeit kann nachlassen.

Daten

Jeden Donnerstag ab 18:00 vom 4. April bis 2. Mai 2024

4. April

11. April

18. April

25. April

2. Mai

Kursgebühr, Mitbringen & Dauer

Die Miete der Nordic Walking Stöcke ist in der Kursgebühr inklusive.

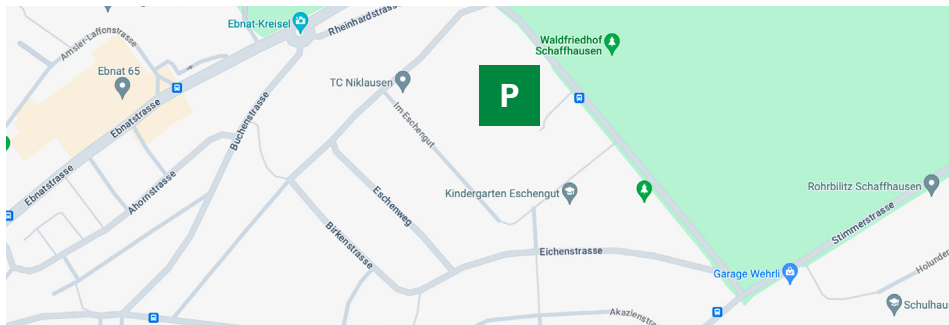
CHF 60,00

**Laufschuhe &
Sportbekleidung**

1,5 Stunden

Treffpunkt

Stadtgärtnerei, 8200 Schaffhausen



Anmeldung

info@krebsliga-sh.ch, +41 52 741 45 45