



Weitere Infos und Anmeldung

Nordic Walking Neuenhof

Walking ist ein wirksames, aber gelenkschonendes Ausdauertraining, das Ihren Herz-Kreislauf richtig in Schwung bringt. Der Einsatz der Stöcke beim Nordic Walking integriert den ganzen Oberkörper zu einem wirksamen Ganzkörpertraining.

Angebot: 26-2HJ-NW-BAD-03

Termine: 04.09.2026 - 18.12.2026
14 x Fr 09:00 - 10:15

Ausfalltage: 02.10.2026, 09.10.2026, 25.12.2026

Leitung: Sylvia Dvorsak

Ort: Sportplatz Stausee, Seestrasse, 5432 Neuenhof

Kosten: CHF 82.00 Abo-Bestellung im Shop via Anmeldebutton. Eine Schnupperlektion ist kostenlos. 10-er Abo: CHF 82.00 / 20-er Abo: CHF 148.00



Dieses Angebot ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil es in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördert.