



Weitere Infos und Anmeldung

Nordic Walking / Endingen Geniesser

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-ZUR-01
- Termine:** 06.08.2026 - 17.12.2026
20 x Do 08:30 - 09:45
- Leitung:** Vera Gawlick, Jacqueline Keller-Werder, Marcel Meier, Marianne Süss-Müller
- Ort:** Bezirksschulhaus, Lochstrasse 8, 5304 Endingen
- Treffpunkt:** 5304 Endingen, Bezirksschulhaus
- 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
- Hinweise:** Marianne Süss, Telefon 079 625 27 70



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