

WÖCHENTLICH AKTIV!

NORDIC WALKING



LIEBE CLUB-FREUNDINNEN UND CLUB-FREUNDE

Am 28. Juni 2023 war unser erster Nordic-Walking-Tag. Wir sind eine illustre Gruppe, die mit Umsicht mit Aufwärmen startet und mit Dehnen den «Walk» beendet – also gesund und sportlich an die Sache geht und ... dabei den Spass auch nicht vergisst. Interessiert? Mach mit, wir freuen uns auf Dich. Ab sofort findest Du uns jeden

MITTWOCH, 09.00 - AUF DEM MAGGIA-DAMM

bei der Fussgängerbrücke, Seite Locarno. Wer sich pünktlich am Startort einfindet, ist dabei!

FRAGEN?

Wenn Du noch Fragen hast oder noch keine Stöcke besitzt, dann melde Dich einfach bei der Leiterin **Rosmarie Schiess**, zertifizierte Nordic Walking Kursleiterin und Wellness-Trainerin

Via Campegi 12, 6646 Contra - romyschiess@gmail.com