

Nordic Walking



Liebe FreizeitsportlerInnen

Wer hat Lust eine neue Sportart zu lernen? Oder ist erfahrene Nordic-WalkerIn und sucht nach einer guten Gelegenheit, diese Sportart in den Berufsalltag zu integrieren?

Der Nordic-Walking-Kurs wird jeweils

Montag-Mittags von 12.00 Uhr bis 13.15 Uhr

durchgeführt und findet 10 x, bei jeder Witterung, statt.

Dieser Kurs ist so ausgestaltet, dass sowohl Einsteiger wie auch Fortgeschrittene Nordic-WalkerInnen daran teilnehmen können

Start: 16.01.2012 Ende: 26.03.2012 (06.02.2012 findet kein Training statt)

Treffpunkt ist der Ausgang Velokeller beim Direktionsgebäude. Jeweils um 12.00 Uhr bitte bereits umgezogen, in Sportkleidern und Turnschuhen erscheinen.

Kosten	für Mitglieder des mobiliar-freizeit-clubs	CHF	15.-
	für Nicht-Mitglieder	CHF	30.-

Kursleiterin: Die Stockmiete beträgt pro Training 5.-. Bitte direkt im Training bezahlen.
Franziska Stebler, Nordic-Walking Instruktoren

Es können **max. 12** TeilnehmerInnen daran teilnehmen. Die Anmeldung gilt erst als erhalten, wenn der Teilnehmerbeitrag bezahlt wurde. Der Kurs wird ab sechs Teilnehmer durchgeführt.

Anmeldung bitte bis 09.01.2012

- mit Teilnehmerbeitrag an Franziska Stebler, MB2-215
- oder Email an franziska.stebler@mobi.ch und den Teilnehmerbeitrag beim ersten Training mitbringen

Ich melde mich für den Nordic-Walking-Kurs vom 16.01.2012 –26.03.2012 an.

Im Nordic Walking bin ich EinsteigerIn Fortgeschritten

Stöcke Werde ich jeweils selbst mitnehmen
 Habe ich nicht: Körpergrösse cm

- Ich bin Mitglied des mobiliar-freizeit-clubs
 Ich möchte Mitglied des mobiliar-freizeit-clubs werden. Bitte senden Sie mir ein Anmeldeformular.

Name:.....

Datum:.....

Vorname:.....

Unterschrift:.....