

Walking Workshop in 3 Teilen



sportlich-schneller-dynamisch-trittsicher-fitter

Sportliches, dynamisches Gehen verhilft «Schritt für Schritt» zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden. Der Kreislauf wird in Schwung gebracht und die Körperhaltung verbessert. Für noch mehr Power sorgen die XCO Hanteln, die individuell eingesetzt werden können. Dieses Angebot wird bei jedem Wetter im Freien durchgeführt. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Kurs	30.5. / 6.6. und 13.6.2024 (4 Lektionen)
Treffpunkt	Hardwald Parkplatz Klotenerstr. bei jedem Wetter
Zeit	Donnerstag 08.30 - 09.50 Uhr
Leitung	Elisabeth Leimbacher, Dipl. Walking Lehrerin
Ausrüstung	Bequeme und der Witterung entsprechende Kleidung Gutes Schuhwerk
Kosten	Mitglieder Fr. 50.- Nichtmitglieder Fr. 65.-
Versicherung	ist Sache der Teilnehmer
Anmeldung bis 18. Mai 2024	Anita Moor, im Dörnler 43, 8602 Wangen, Telefon 044 834 14 67, anmeldung@vitaswiss-dietlikon.ch

☞-----

Anmeldung: Walking Workshop 2024



Kurs 30.5. bis 13.6.2024

Name / Vorname:

Strasse / Nr.:

PLZ / Ort:

Telefon:

E-Mail:

Geburtsdatum:

Ich bin vitaswiss - Mitglied: Ja Nein

Datum / Unterschrift:

Walking Workshop in 3 Teilen



sportlich-schneller-dynamisch-trittsicher-fitter

Sportliches, dynamisches Gehen verhilft «Schritt für Schritt» zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden. Der Kreislauf wird in Schwung gebracht und die Körperhaltung verbessert. Für noch mehr Power sorgen die XCO Hanteln, die individuell eingesetzt werden können. Dieses Angebot wird bei jedem Wetter im Freien durchgeführt. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Kurs	30.5. / 6.6. und 13.6.2024 (4 Lektionen)
Treffpunkt	Hardwald Parkplatz Klotenerstr. bei jedem Wetter
Zeit	Donnerstag 08.30 - 09.50 Uhr
Leitung	Elisabeth Leimbacher, Dipl. Walking Lehrerin
Ausrüstung	Bequeme und der Witterung entsprechende Kleidung Gutes Schuhwerk
Kosten	Mitglieder Fr. 50.- Nichtmitglieder Fr. 65.-
Versicherung	ist Sache der Teilnehmer
Anmeldung bis 18. Mai 2024	Anita Moor, im Dörnler 43, 8602 Wangen, Telefon 044 834 14 67, anmeldung@vitaswiss-dietlikon.ch

☞-----

Anmeldung: Walking Workshop 2024



Kurs 30.5. bis 13.6.2024

Name / Vorname:

Strasse / Nr.:

PLZ / Ort:

Telefon:

E-Mail:

Geburtsdatum:

Ich bin vitaswiss - Mitglied: Ja Nein

Datum / Unterschrift: