



LAUF mit, GEH mit, MACH mit, sei DABEI

Beim **LAUFTREFF AMSTETTEN** mit **NORDIC WALKING**

WANN: Jeden Donnerstag um 18:45 Uhr - 20:00 Uhr

WO: Ab Anfang April bis Ende August
Essmeisterturm in Greinsfurth Forstheide
Ab Anfang September bis Ende März n. J.
Johann Pölz Sporthalle

WOFÜR: Herz- Kreislauftraining, Stressabbau, Figur,
Kondition, Geselligkeit.

WOMIT: Einfache Sportbekleidung je nach Witterung,
Laufschuhe, Nordic-Walkingstöcke.

MIT WEM: Bestens ausgebildeten Instruktoren die
durch ihre langjährige Erfahrung im Training
und Wettkampf ihr Wissen gerne weitergeben.

WODURCH Fachliche Betreuung, Gruppendynamik,
Freude an der Bewegung in der Natur.

WIEVIEL Keine Kosten, freiwillige Spenden erbeten.

INFO: Website: atus.at/a3 Tel.Nr.: 0664 8396945

HAFTUNG Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung.