



Marktgemeinde Magdalensberg

Görtschitztal Straße 135, 9064 Pischeldorf

Nordic – Walking „Schnupperstunde“



Nordic Walking gehört zu den sanften Ausdauersportarten. Von den förderlichen, gesundheitlichen Auswirkungen profitieren nicht nur Trainingsneulinge, sondern auch ambitionierte Sportler. Das flotte Gehen mit Stöcken, trainiert Herz, Kreislauf und kräftigt die Arm-, Schulter- sowie Rückenmuskulatur.

Die Marktgemeinde Magdalensberg plant im Herbst 2019 einen Nordic-Walking-Kurs, der auch vom Land Kärnten und der „Gesunden Gemeinde“ finanziell unterstützt wird, zu organisieren.

Aus diesem Grund bieten wir Ihnen eine **kostenlose „Schnupperstunde“** mit Frau Andrea Gangl, BA, Dipl. Fitness- und Gesundheitstrainerin für Kinder und Erwachsene, an.

Donnerstag, 27. Juni 2019 um 17.30 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz der Volksschule in Deinsdorf

Trainerin: Andrea Gangl, BA

Anmeldungen: Gemeindeamt, Tel: 04224/2213

Der Ausschussobmann:

Mit sportlichen Grüßen

Der Bürgermeister: