



NORDIC WALKING

VORTEILE:

- >LEICHT UND SCHNELL ERLERNBAR
- >GANZJÄHRIG UND ÜBERALL DURCHFÜHRBAR
- >GESUNDHEITSORIENTIERTES AUSDAUERTRAINING
- >LÖST VERSPANNUNGEN
- >FÖRDERT DEN ABBAU VON STRESSHORMONEN
- >STÄRKT DAS IMMUNSYSTEM

KURSIONFORMATION:

UMFANG:	8 TRAININGSEINHEITEN À 60 MINUTEN, 1X WÖCHENTLICH
KURSLEITUNG:	MICHELLE WIEGAND, HANNA SPROTTE, STEFANIE BREINBAUER
KURSgebÜHR:	90,- EURO
TERMIN:	NACH VEREINBARUNG ODER IM AUSHANG ! <u>BEI INTERESSE BITTE IN DIE VORMERKLISTE EINTRAGEN (MIT TERMINWUNSCH !)</u>
TREFFPUNKT:	THERAPIEZENTRUM IM WESTBAD MESSERSCHMITTSTR. 4, 93049 REGENSBURG
ANMELDUNG:	TEL.: 094 1-26226, Fax 094 1-28547

**DIES IST EIN VON DEN KRANKENKASSEN ANERKANNTER KURS
UND WIRD VON DIESEN BEZUSCHUSST !!**



NORDIC WALKING

VORTEILE:

- >LEICHT UND SCHNELL ERLERNBAR
- >GANZJÄHRIG UND ÜBERALL DURCHFÜHRBAR
- >GESUNDHEITSORIENTIERTES AUSDAUERTRAINING
- >LÖST VERSPANNUNGEN
- >FÖRdert DEN ABBAU VON STRESSHORMONEN
- >STÄRKT DAS IMMUNSYSTEM

KURsinFORMATION:

UMFANG:	8 TRAININGSEINHEITEN À 60 MINUTEN, 1x WÖCHENTLICH
KURSLEITUNG:	MICHELLE WIEGAND, STEFANIE BREINBAUER
KURSGEBÜHR:	90,- EURO
TERMIN:	NACH VEREINBAHRUNG ODER IM AUSHANG ! <u>BEI INTERESSE BITTE IN DIE VORMERKLISTE EINTRAGEN (MIT TERMINWUNSCH !)</u>
TREFFPUNKT:	THERAPIEZENTRUM IM WESTBAD MESSERSCHMITTSTR. 4, 93049 REGENSBURG
ANMELDUNG:	TEL.: 094 1-26226, Fax 094 1-28547

**DIES IST EIN VON DEN KRANKENKASSEN ANERKANNTER KURS
UND WIRD VON DIESEN BEZUSCHUSST !!**