

Die Bäuerinnen.



Der Arbeitskreis der „**gesunden Gemeinde**“ Eschenau und die Bäuerinnen der Gemeinde Eschenau laden recht herzlich zum Kurs

Nordic Walking mit Herrn Hubert Lukse

„Nordic Walken“ in Theorie und Praxis

Erlernen der Grundtechniken inklusive Kräftigungs- und Dehnungsübungen für alle, die die Grundlagen dieses Gesundheitssportes erlernen oder auffrischen wollen. Sport-Wanderbekleidung, Sport- bzw. leichte Wanderschuhe erforderlich; NW Stöcke können kostenlos ausgeborgt werden.

**Freitag, 28. April 2017, 15:00 Uhr, Dauer ca. 2 ½ St.
Treffpunkt: Gemeindevorplatz, Eschenau**

Auf einen interessanten Nachmittag und zahlreiche Teilnehmer freuen sich

Alfred Umgeher
Gesunde Gemeinde

Eva Sulzer-Fürlinger
Gemeindebäuerin

Bewegung ist einer der Eckpfeiler einer gesunden Lebensweise. Nordic Walking ist für jüngere und ältere Menschen in gleicher Weise geeignet. Nützen Sie diese Chance.

Eintritt frei

Wollen Sie über die Veranstaltungen und Aktivitäten der gesunden Gemeinde Eschenau per E-Mail informiert werden: Senden Sie bitte ein E-Mail an a.umgeher@aon.at