

# **Nordic Walking**

**Neuer Kurs ab April 2026!**

**Zeit: Donnerstag 17:30 Uhr bis 19:00 Uhr**

**Leitung: Ines Tödter**

**Preis: 145,00 Euro für 8 Einheiten**

**(Selbstzahlerleistung – keine Bezugsschussung durch KK möglich)**

Der Kurs vermittelt die richtige Technik und hilft, die gesundheitlichen Vorteile dieser Sportart zu nutzen, zum Beispiel: aufrechte Haltung, Steigerung der Ausdauer, Stärkung des Herz-Kreislauf-System und der Muskulatur.

**Anmeldungen sind ab sofort in der Praxis möglich!**