



*Mit einer  
Mitgliedschaft alle  
Kurse ganzjährig  
besuchen!*



## Nordic Walking

Möchten Sie gerne aktiv werden und Ihre Fitness verbessern? Dann ist unser Nordic Walking Kurs genau das Richtige für Sie!

Wir bieten Ihnen einen Nordic Walking Kurs mit unseren erfahrenen Trainern, Sabine Kirchgatterer und Gerald Kunsy (Nordic Walking Instruktoren) an.

Nordic Walking ist eine sanfte und effektive Sportart, die den gesamten Körper trainiert und für alle Altersgruppen geeignet ist.

Um am Kurs teilzunehmen, benötigen Sie eigene Nordic Walking Stöcke, die Sie bitte zum Kurs mitbringen.

Eine Teilnahme am Kurs ist jederzeit möglich, die genauen Termine und Treffpunkte im Raum Vöcklabruck, Timelkam, Ampflwang, werden gemeinsam vereinbart.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, daher ist eine Voranmeldung erforderlich.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme an unserem Nordic Walking Kurs und wünschen Ihnen viel Spaß und Erfolg bei Ihrem Training!

### **Termine - Treffpunkte - Voranmeldung:**

Sabine Kirchgatterer  
0660/8128791

**Nordic Walking Kurs: 6 Einheiten - € 80,-**  
(30,- ASKÖ Mitgliedschaft jährlich, 50,- Nordic Walking Kurs)

**Für bestehende ASKÖ Mitglieder mit Sektionsbeitrag!**

**Nordic Walking Kurs ist „Inkludiert“**

Sektionsbeitrag pro Jahr beinhaltet alle Kurse die wir über die Sektion Kurse anbieten.

ASKÖ Sektionsbeitrag 200,- (30,- ASKÖ Mitgliedsbeitrag/Jahr)

[www.askoe-voecklabruck.com](http://www.askoe-voecklabruck.com)