



Auch 2022 bietet Arminia wieder Nordic Walking zur Förderung der Gesundheit und Fitness an

**Herz, Kreislauf und Bewegung in der Gruppe werden
gestärkt und die Gelenke geschont.**

Anfänger sind herzlich und gerne willkommen.

Kursstart: Mittwoch, 11. Mai 2022, 18.30 Uhr

Regelmäßig 1 x pro Woche

Treff am Kirchpark Langeneicke

**(wir starten und beenden dort unsere Runden in und
um Langeneicke)**

**Walkingstöcke werden bei Bedarf zur Verfügung
gestellt. Teilnahme ist kostenlos.**