

Wochenübersicht

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9.00 - 10.15 Uhr Nordic Walking		9.30 - 11.00 Uhr Fit for you	9.00 - 10.15 Uhr Nordic Walking			10.00 - 11.15 Uhr Single Sport
		9.30 - 10.30 Uhr Laufen für Anfänger	9.30 - 11.00 Uhr Nordic Walking		„Guët gaon“ Termine siehe Homepage	10.00 - 11.15 Uhr Single Sport Schnupperstunde
		16.30 - 17.45 Uhr Nordic Walking				Ab 10.00 Uhr Wanderungen monatlich
		16.30 - 18.00 Uhr Nordic Walking				
18.00 - 19.00 Uhr Rückenschule	19.00 - 20.00 Uhr Laufen für Anfänger	19.00 - 20.00 Uhr Indian Balance	19.00 - 20.00 Uhr Laufen für Anfänger			
19.15 - 20.15 Uhr Rückenschule	19.00 - 20.15 Uhr Nordic Walking	20.00 - 21.00 Uhr Indian Balance	19.00 - 20.15 Uhr Genussläufer			
19.00 - 20.30 Uhr Nordic Walking	19.00 - 20.15 Uhr Genussläufer		19.00 - 20.15 Uhr Nordic Walking			

Roter Punkt =
Krankenkassen-
zuschuss
bis zu 100 %
möglich!



Legende

Dauerangebote
Training

Kurse

Weitere Infos auf
www.walkingclub-hamm.de