

NORDIC WALKING

Schritt für Schritt zu mehr Gesundheit und Fitness

Bezuschussung durch die gesetzlichen Krankenkassen bis zu 100% möglich.
Zertifiziert durch die ZPP nach §20 SGB V.

8er Kursblock – 85€
ab 29.04.2024

Kurs 1: Montags 09:00 - 10:30Uhr

Kurs 2: Mo & Do 18:00 - 19:30 Uhr



Ausdauer, Kraft, Dehnfähigkeit, Koordination und Entspannungsfähigkeit trainieren



Risikofaktoren verhindern:
Bluthochdruck, Stress und Übergewicht



Spaß an der Bewegung in der Gruppe erleben



Motivation für regelmäßige sportliche Aktivität aufbauen

Anmeldung bis: 25.04.2024
Tel.: 09621 / 785848

vor Ort:
Balance TV 1861 Amberg
Am Schanzl 11
92224 Amberg
info@balance-amberg.de
www.balance-amberg.de



TV 1861 AMBERG
balance
BEWEGUNG. GESUNDHEIT. FITNESS.