

Kursplan

Wochentag	Uhrzeit	Einheiten	Preis	Kurs
Montag	10:00 Uhr	1 x 90 min	15,- €	<b>Schnupperkurs</b> mit Ralf Segeler
Dienstag	08:30 Uhr	6 x 60 min	54,- €	<b>Aufbaukurs</b> zur Gewichtsreduktion mit Ludwig Brümmer
Mittwoch	18:30 Uhr Sommer Zeit 15:00 Uhr WinterZeit	6 x 60 min	55,- €	<b>Einführungskurs</b> (Förderungsfähig durch die Krankenkasse) mit Ludwig Brümmer
Donnerstag	18:30 Uhr Sommer Zeit 15:00 Uhr WinterZeit	6 x 60 min	55,- €	<b>Einführungskurs</b> (Förderungsfähig durch die Krankenkasse) mit Ralf Segeler
Freitag	09:00 Uhr	6 x 60 min	54,- €	<b>Grundkurs</b> für Senioren mit Ralf Segeler
Samstag	14:30 Uhr	6 x 60 min	55,- €	<b>Einführungskurs</b> (Förderungsfähig durch die Krankenkasse) mit Ludwig Brümmer
	17:00 Uhr	6 x 60 min	55,- €	<b>Einführungskurs</b> (Förderungsfähig durch die Krankenkasse) mit Ralf Segeler
Sonntag	11:00 Uhr	60 min	kostenlos ohne Kursleiter	<b>Nordic Walking Treff</b>
Nordic Walking mit individuellen Terminen auf Anfrage		60 min	9,- €	für alle touristischen Leistungen

Stockverleih pro Einheit 1,50 €

Alle Kurse nach vorheriger Anmeldung

Anprechpartner

Ludwig Brümmer, Physiotherapeut und Nordic Walking Instructor  
Ralf Segeler, Nordic Walking Instructor

05902-5910

05902-7500