

Sporttreff 50+



ARTC 90 e.V.
Akademischer Rostocker Tennis Club

Nordic Walking - Bewegung für jedermann!

Lebensfreude, Wohlbefinden und Fitness durch sportliche Aktivitäten.

Neue Nordic Walking Gruppe beim ARTC!

Treffpunkt mittwochs um 10:30 Uhr am ARTC-Clubhaus.

Ansprechpartner

seniorTrainerin
Erfahrungswissen für Initiativen

Reinhold Raphael
0151 59177096



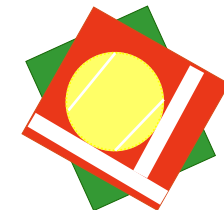
raphaelreinhold2@googlemail.com

Wo?

ARTC-Tennisanlage - Tiergartenallee 8, 18059 Rostock (neben dem Brauhaus Trotzenburg)

Moderne Sportart unter fachlicher Anleitung ausführen!

- ✚ Nordic Walking (eigene Ausrüstung erforderlich!)
- ✚ NW-Strecken im Barnstorfer Wald
 - **warm-up**: vorbereitende funktionale Bewegungsübungen
 - **cool-down**: angenehme Ausgleichsübungen



Seit 1892 Sport im
Barnstorfer Wald!

Wann?

mittwochs ab 10:30 Uhr oder Termin nach Vereinbarung! Bei Interesse vorher bitte anrufen.