**Neu ab 20.10.23** 

In der Sportvereinigung Gifhorn

**(Nordic)Walking mit Julia**

Ausdauertraining für jeden, der sich gern im Freien bewegt

Immer freitags von 9:30 – 11 Uhr

Startpunkt ist der Parkplatz an der Wolfsburger Straße

Was tue ich für mich?

* Bewegung an der frischen Luft ist sehr gesund
* Waldluft mit all ihren Duftstoffen stärkt mein Immunsystem
* Outdoor Fitness zu jeder Jahreszeit regt den Stoffwechsel an
* Meine Ausdauer steigert sich
* Gemeinsam mit anderen macht´s mehr Spaß!

Aus organisatorischen Gründen ist eine Anmeldung erforderlich. Bitte bei Interesse bei Julia 0152/59962450 melden.

Weitere Infos könnt ihr auch bei Susanne Hämpke (*SV Geschäftsstelle*) unter  58586 erhalten.