

Walking macht Spaß – Walking macht fit!

Kommen Sie zum Treffpunkt – walken Sie einfach mit!

Mit Walking bezeichnet man das sportliche Gehen ohne Stöcke. Dabei werden die Arm- und Fußbewegungen bewusst eingesetzt. Wir laden alle Wanderfreundinnen und Wanderfreunde zu 24 Walking-Runden im Großen Tiergarten ein.

Unsere Termine 2019

1. Termin	Mittwoch, 27. März 2019	16.30 Uhr
2. Termin	Mittwoch, 03. April 2019	16.30 Uhr
3. Termin	Mittwoch, 10. April 2019	16.30 Uhr
4. Termin	Mittwoch, 17. April 2019	16.30 Uhr
5. Termin	Mittwoch, 24. April 2019	16.30 Uhr
	Mittwoch, 01. Mai - Feiertag	
6. Termin	Mittwoch, 08. Mai 2019	16.30 Uhr
7. Termin	Mittwoch, 15. Mai 2019	16.30 Uhr
8. Termin	Mittwoch, 22. Mai 2019	16.30 Uhr
9. Termin	Mittwoch, 29. Mai 2019	16.30 Uhr
10. Termin	Mittwoch, 05. Juni 2019	16.30 Uhr
11. Termin	Mittwoch, 12. Juni 2019	16.30 Uhr
12. Termin	Mittwoch, 19. Juni 2019	16.30 Uhr
13. Termin	Mittwoch, 26. Juni 2019	16.30 Uhr
14. Termin	Mittwoch, 03. Juli 2019	16.30 Uhr
15. Termin	Mittwoch, 10. Juli 2019	16.30 Uhr
	Sommerpause	
16. Termin	Mittwoch, 28. Aug. 2019	16.30 Uhr
17. Termin	Mittwoch, 04. Sept. 2019	16.30 Uhr
18. Termin	Mittwoch, 11. Sept. 2019	16.30 Uhr
19. Termin	Mittwoch, 18. Sept. 2019	16.30 Uhr
20. Termin	Mittwoch, 25. Sept. 2019	16.30 Uhr
21. Termin	Mittwoch, 02. Okt. 2019	16.30 Uhr
22. Termin	Mittwoch, 09. Okt. 2019	16.30 Uhr
23. Termin	Mittwoch, 16. Okt. 2019	16.30 Uhr
24. Termin	Mittwoch, 23. Okt. 2019	16.30 Uhr

Treffpunkt:	S Bellevue, Ausgang Gerickesteg
Beginn/Ende:	16:30 Uhr bis ca. 18:00 Uhr, S Bellevue
Strecke:	8 bis 10 km durch den Großen Tiergarten
Benötigte Ausrüstung:	Walking- oder Turnschuhe und lockere, bequeme Kleidung, keine Walkingstöcke
Gastbeitrag:	3,00 € pro Termin
Leitung:	Karin Kobot / Evelin Riethdorf-Zivkovic