

# Nordic Walking in Neuenhof<sup>+</sup>

Für Frauen und Männer ab 60 Jahren

Nordic Walking ist ein wirksames, aber gelenkschonendes Ausdauertraining, das Ihren Herzkreislauf richtig in Schwung bringt.

<b>Tag und Zeit</b>	Freitag, 09.00 - 10.15 Uhr
<b>Daten</b>	Wöchentlich
<b>Ort</b>	Neuenhof, Sportplatz Stausee
<b>Leitung</b>	Sissi Dvorsak, Telefon 076 425 10 66
<b>Kosten</b>	Eine Schnupperlektion ist kostenlos. 10er-Abo: CHF 82.00 / 20er-Abo: CHF 148.00 <small>Preisänderungen bleiben vorbehalten.</small>
<b>Versicherung</b>	ist Sache der Teilnehmenden.

Dieses Angebot ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil es in besonderem Masse die Selbstständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördert.

Pro Senectute Aargau · Beratungsstelle Bezirk Baden  
Telefon 056 203 40 80 · [baden@ag.prosenectute.ch](mailto:baden@ag.prosenectute.ch)