



Nordic Walken im September

Gesundheit ist unser wertvollstes Gut – und Vorsorge beginnt mit kleinen Schritten im Alltag.

Denn Vorsorge heißt nicht erst zu handeln, wenn etwas fehlt, sondern heute etwas dafür zu tun, dass es uns auch morgen gut geht.

Darum möchten wir Dich im September wieder ganz herzlich zum **gemeinsamen Nordic Walken mit unserer Trainerin Geli Häusl** einladen!

Egal, ob Du schon regelmäßig walkst oder einfach einmal etwas Neues ausprobieren möchtest – **jede und jeder ist willkommen!** Ob jung oder älter, Mama, Papa, Oma, Opa oder Jugend: Komm mit und tu Dir etwas Gutes!

Gemeinsam bewegen wir uns an der frischen Luft, stärken unseren Körper, bringen unseren Kreislauf in Schwung und tun gleichzeitig unserer Seele etwas Gutes. Denn regelmäßige Bewegung ist eine der einfachsten Möglichkeiten, unsere Gesundheit zu fördern und möglichst lange zu erhalten.

Nutze diese Gelegenheit, **aktiv etwas für Deine Gesundheit zu tun**, frische Luft zu genießen und dabei nette Menschen aus unserer Gemeinschaft zu treffen. **Komm mit – jeder Schritt zählt!**

Und das Beste: **Als SoViSta-Mitglied ist die Teilnahme kostenlos!** Regulär 10 € pro Person und Einheit

Treffpunkt immer um 17:00 Uhr beim Wellness Park in Pettneu

Montag	07.09.2026
Mittwoch	09.09.2026
Montag	14.09.2026
Mittwoch	16.09.2026
Montag	21.09.2026
Mittwoch	23.09.2026
Montag	28.09.2026
Mittwoch	30.09.2026

Anmeldung direkt bei Geli Häusl

Telefon: +43 664 277 55 36 oder per E-Mail: gelihaesl@hotmail.com