

Gau-Walkingtag

„Margaretenweg“

Sonntag, 19. September 2021 - Remstecken

Power-Walking mit Fitness-Zirkel

Uhrzeit Start: 11.00 Uhr

Uhrzeit Ziel: ca. 14.00 Uhr

Start und Ziel: oberer Parkplatz Remstecken

Anmeldung: bis 15. September 2021 an:
Turngau Rhein-Mosel e.V., Tel. 0261/47166
E-Mail: turngau-rhein-mosel@t-online.de

Hinweise:

Wir gehen die verlängerte Margaretenweg-Runde von ca. 8 km und legen zwischendurch eine Fitness-Einheit ein.

Bitte bereits fertig umgezogen erscheinen und entsprechendes Schuhwerk für die sportliche Tour durch den Wald anziehen.

Mitzubringen ist ein Rucksack, der gut auf dem Rücken sitzt und beim Walken nicht stört sowie Getränke und ggfls. Regenjacke, Sonnencreme (je nach Wetterlage).

Der Walkingtag wird für Übungsleiter mit 4 LE zur Lizenzverlängerung anerkannt.

Als Teilnehmer eingeladen sind alle, die sich gerne an der frischen Luft bewegen und fit halten. Eine Mitgliedschaft in einem Turn- oder Sportverein ist nicht erforderlich.

Ich freue mich auf viele Teilnehmer!

Miriam Umbscheiden

Fachwartin