

(kostenfrei)

## Schnupperkurs am 12.05.2005

**Walking –  
... wie mach' ich's richtig?**

**18:00 bis ca. 19:30 Uhr**

Walking ist eine Trend-Sportart, die keine Altersbegrenzung kennt und die Generationen verbindet!

Wir wollen Ihnen mit dieser Veranstaltung Anregung zum Durchstarten geben...

Beginnen Sie sanft...

Sie bestimmen das Tempo!

Unter der Anleitung von Andreas Werling (Sporttrainer in einem großen Freizeitzentrum) werden wir mit Ihnen aktiv die Grundlagen des Walking erlernen, Selbst-Zweifel ausräumen und Fragen beantworten.

**Referent: Andreas Werling**

### Die Anmeldung/Veranstaltungsort

Wir bitten Sie, Ihre Anmeldung an einen der folgenden Kontakte zu richten:

**Telefon** 040/645 96-281

**Telefax** 040/645 96-255

**E-Mail** [akademie@stolle-ot.de](mailto:akademie@stolle-ot.de)

**Internet** [www.stolle-ot.de](http://www.stolle-ot.de)

**Veranstaltungsort**

Sanitätshaus STOLLE

Friedrich-Ebert-Damm 309

22159 Hamburg

**Bitte erscheinen Sie in bequemer Sportbekleidung!**