

# BÜRGERZENTRUM HOFBERG

## DAS SENIORENBÜRO INFORMIERT

### Nordic Walking

Jeden Mittwoch 9.00 Uhr

Treffpunkt: Königsberger Straße/Parkplatz

Nordic Walking ist eine sehr effektive Art der Bewegung.  
Sie gilt als die ideale Sportart für aktive Seniorinnen und Senioren.

Die Kursleiterin wird Ihnen die richtige Technik vermitteln.

Bei Interesse melden Sie sich im Seniorenbüro

Viel Spaß beim Sporteln!