

Walking macht Spaß – Walking macht fit!

Kommen Sie zum Treffpunkt – walken Sie einfach mit!

Mit Walking bezeichnet man das sportliche Gehen ohne Stöcke. Dabei werden die Arm- und Fußbewegungen bewusst eingesetzt. Wir laden alle Wanderfreundinnen und Wanderfreunde zu 26 Walking-Runden im Großen Tiergarten ein.

Unsere Termine 2018

1. Termin	Mittwoch, 21. März 2018	16.30 Uhr
2. Termin	Mittwoch, 28. März 2018	16.30 Uhr
3. Termin	Mittwoch, 04. April 2018	16.30 Uhr
4. Termin	Mittwoch, 11. April 2018	16.30 Uhr
5. Termin	Mittwoch, 18. April 2018	16.30 Uhr
6. Termin	Mittwoch, 25. April 2018	16.30 Uhr
7. Termin	Mittwoch, 02. Mai 2018	16.30 Uhr
8. Termin	Mittwoch, 09. Mai 2018	16.30 Uhr
9. Termin	Mittwoch, 16. Mai 2018	16.30 Uhr
10. Termin	Mittwoch, 23. Mai 2018	16.30 Uhr
11. Termin	Mittwoch, 30. Mai 2018	16.30 Uhr
12. Termin	Mittwoch, 06. Juni 2018	16.30 Uhr
13. Termin	Mittwoch, 13. Juni 2018	16.30 Uhr
14. Termin	Mittwoch, 20. Juni 2018	16.30 Uhr
15. Termin	Mittwoch, 27. Juni 2018	16.30 Uhr
16. Termin	Mittwoch, 04. Juli 2018	16.30 Uhr
17. Termin	Mittwoch, 11. Juli 2018	16.30 Uhr
18. Termin	Mittwoch, 18. Juli 2018	16.30 Uhr

Sommerpause

19. Termin	Mittwoch, 29. Aug. 2018	16.30 Uhr
20. Termin	Mittwoch, 05. Sept. 2018	16.30 Uhr
21. Termin	Mittwoch, 12. Sept. 2018	16.30 Uhr
22. Termin	Mittwoch, 19. Sept. 2018	16.30 Uhr
23. Termin	Mittwoch, 26. Sept. 2018	16.30 Uhr

Mittwoch, 03. Okt. 2018, Tag der Deutschen Einheit

24. Termin	Mittwoch, 10. Okt. 2018	16.30 Uhr
25. Termin	Mittwoch, 17. Okt. 2018	16.30 Uhr
26. Termin	Mittwoch, 24. Okt. 2018	16.30 Uhr

Treffpunkt:	S Bellevue, Ausgang Gerickesteg
Beginn/Ende:	16:30 Uhr bis ca. 18:00 Uhr, S Bellevue
Strecke:	8 bis 10 km durch den Großen Tiergarten
Benötigte Ausrüstung:	Walking- oder Turnschuhe und lockere, bequeme Kleidung, keine Walkingstöcke
Gastbeitrag:	3,00 € pro Termin
Leitung:	Karin Kobot / Evelin Riethdorf-Zivkovic