

Alle Details über Nordic Walking

Allgemeines: Nordic Walking, das stramme Wandern mit zwei Stöcken, erfreut sich in den letzten Jahren immer grösserer Beliebtheit. Ursprünglich als Sommertraining für die Weltklasse der Langläufer populär, hat sich Nordic Walking vom Trendsport zum Breitensport entwickelt.



Sie haben es noch nie ausprobiert und sind sich noch nicht ganz sicher, ob Ihnen diese Sportart liegt? Diese beiden Vorteile sollten Sie vollends überzeugen: Zum einen ist Nordic Walking einfach zu lernen und somit für Jedermann geeignet, zum anderen birgt es ein hohes Gesundheitspotential in sich. Denn beim Walken bewegen Sie nicht nur Ihren Körper, sondern auch Ihren Geist und Ihre Seele! Trainieren Sie ohne mühsame Stunden im Sportstudio sanft Ihren gesamten Körper und vergessen Sie in freier Natur beinahe alle körperlichen Anstrengungen. Bereichern Sie Ihren Geist durch einzigartige Naturindrücke und lassen Sie die Seele baumeln.

Das Obergoms, mit seiner abwechslungsreichen Landschaft, bietet Ihnen, sowohl als Einsteiger als auch als Fortgeschrittener ideale Voraussetzungen für diese gesunde Bewegungsart!

- Ort:** Region Obergoms
- Anzahl Personen:** ideal: 5 - 8 Personen
maximal: 30 Personen
mindestens: 1 Person
- Voraussetzungen:** keine speziellen Voraussetzungen notwendig
- Dauer:** 2 Stunden
- Treffpunkt:** Garbely Adventure Basis oder PISCHE Sport in Oberwald
- Mitbringen:** Turnschuhe, sportliche Bekleidung
- Saison:** Mai - November
- Inbegriffen:** Einführung und Begleitung durch einen Nordic Walking-Instruktor, Miete Nordic Walking-Stöcke, kleiner Imbiss

Sonstiges: kombinierbar mit allen anderen Aktivitäten

Preise pro Person

Erwachsene	Erwachsene ab 3 Personen	nur Miete Nordic Walking-Stöcke
CHF 75,-	CHF 55,-	CHF 7,-



Garbely Adventure • In den Lussen • CH-3999 Oberwald/VS
Tel 0041 (0) 27 973 25 75 • Fax 0041 (0) 27 973 25 85
info@garbely-adventure.ch • www.garbely-adventure.ch