



a DEMETER EGYESÜLET PROGRAMAJÁNLATA

## GYERE EL EGY BOTKÓSTOLÓRA!



### GYAKORLOTT TÚRÁZÓK ÉS SÉTÁT KEDVELŐK!

*Ha nem elég fárasztó a gyaloglás, vagy éppen túl fárasztó, figyelmetekbe ajánlunk egy új, világszerte hódító „örületet” a nordic walkingot, ami nem más, mint gyaloglás, speciális botok segítségével.*

*Ezekkel a botokkal sétálni nemcsak divatos, de egészséges is!*

*Hamar megtanulható mozgásával a nordic walking Téged is a fittek táborába juttathat, közben pedig társasági élményeket gyűjthetsz, bejárhatod a természetet.*

*A botokat mi adjuk, Te csak add a jókedvedet és a szabadidődöt. Vár ránk egy nagyszerű élmény!*



**NOWA.HU**

**Országos Nordic Walking Program**

**Hol?** *Paks, strand melletti szabaididőpark*

**Mikor?** *Első alkalomak:  
2009. 05.21. 18:00 óra  
2009. 05.22 18:00 óra  
(a későbbi időpontokat a résztvevőkkel egyeztetjük)*

**Kit keress?** *Sztanóné Köröstyös Livia 20/973-7262, [dilivio@t-online.hu](mailto:dilivio@t-online.hu)  
Az előzetes jelentkezés a botok korlátos mennyisége miatt indokolt.*