



Nordic Walking Dezember 2019

| | | |
|----------------|-----------|---|
| Di. 03.12.2019 | 18.00 Uhr | Wedel, Parkplatz Friedhof |
| Sa. 07.12.209 | 9.30 Uhr | Deinster Sportplatz |
| Fr. 13.12.2019 | 18.00 Uhr | Fredenbeck, Zone |
| Sa. 14.12.2019 | 14.00 Uhr | Bargstedt, Parkplatz bei der Bahn evtl. längere Tour über den Doosthof |
| Di. 17.12.2019 | 18.00 Uhr | Hagen, Friedhof |
| Do. 19.12.2019 | 18.00 Uhr | Lusthoop, Randstreifen |
| Fr. 27.12.2019 | 18.00 Uhr | Schwinge, Friedhof |
| Sa. 28.12.2019 | 10.00 Uhr | Helmste, Rüstjer Forst 2. Parkpl. li. |
| Mo. 30.12.2019 | 18.00 Uhr | Fredenbeck, Zone |

Bitte denkt an eure Schutzbekleidung und an eine Stirnlampe.

Nordic Walking, Nicole Seeberger, Tel. 04149/7499 oder 0178/7840714