

Anfängerkurs Nordic Walking 2026

Ein Gruppenerlebnis mit Spaßfaktor!



- Aktionszeitraum:** Mi, 29.04.2026 bis Mi., 01.07.2026
- Kursgebühr:** 30,00 € (für Mitglieder des SV DJK Emmerting kostenlos)
- Dauer:** 10 Trainingseinheiten Nordic Walking mit Abschlussveranstaltung.
Je nach Walking-Kenntnissen und Trainingsstand Aufteilung in Ungeübte und Geübte.
- Kursleitung:** Dörte Küpfer
- Bitte mitbringen:** Walking- oder Sportschuhe, Walking-Stöcke, falls vorhanden. **(Bitte Stöcke nicht extra für das erste Training kaufen. Wir beraten hinsichtlich Länge und Ausführung).** Sportbekleidung entsprechend den Witterungsbedingungen, evtl. ein Getränk.
- Treffpunkt:** Sportplatz Emmerting, Alte Poststraße 28, 84547 Emmerting
Dusch- und Einkehrmöglichkeiten sind im Sportgebäude vorhanden.

Der Kurs Nordic Walking beginnt mit dem Einführungstag am 29.04.2026 um 18:30 Uhr, an dem neben der schriftlichen Anmeldung und der Erläuterung des weiteren Ablaufs eine erste Trainingseinheit stattfinden wird.

In den folgenden 10 Wochen wird unter der Anleitung von Nordic-Walking Trainer/innen jeweils mittwochs gemeinsam trainiert. Ziel ist es, die korrekte Ausübung des Nordic Walking zu erlernen, Spaß und Freude am gemeinsamen regelmäßigen Nordic Walking zu gewinnen und langfristig dabei zu bleiben.

Anfänger sollten sich ggf. vorab mit ihrem Arzt besprechen.

Training-Termine 2026:

29. April, 6. Mai, 13. Mai, 20. Mai, 27. Mai, 3. Juni, 10. Juni, 17. Juni, 24. Juni, 1. Juli,
Start: 18:30, Sportplatz Emmerting, Alte Poststraße 28, 84547 Emmerting

Witterungsbedingte Ausweichtermine werden situativ bekannt gegeben.

Abschlussveranstaltung in Emmerting am 19. Juli 2026.