

Tornesch, 21.01.2014

Viertelnacht Walking Gruppe

Auch in diesem Jahr stellt sich die VIERTELNACHACHT Walkinggruppe vor.

Wir treffen uns jeden Mittwoch um 08:15 Uhr im Esinger Wohlt am Waldkindergarten.

Mitmachen kann Jederfrau/mann jeden Alters.

Unter der Leitung von Bärbel geht's , nachdem wir uns „warm“ gemacht haben, in den Wohlt.

Je nach Leistungsstärke bilden sich schnell kleine Gruppen und es werden die verschiedenen Strecken, von 4-6km absolviert.

Nach ca. 1 Std. treffen sich die Gruppen wieder am Waldkindergarten, für unsere abschließenden Dehnübungen.

Auch für das Gesellige wird etwas getan. Alle 2 Jahre findet eine 3 tägige Ausfahrt statt.

Wir freuen uns schon auf 2015, dann steht das nächste Event an.

Dieses wird sicherlich wieder von Beate hervorragend organisiert.

Alljährlich findet im Bauerhofkaffee „Mühlenwurth“ in Haseldorf unser Weihnachtsbrunch statt. Am letzten Walkingmittwoch vor Heiligabend wird das Jahr, bei „Kinderpunsch/Tee und selbst zubereitete Leckereien, am Parkplatz Waldkindergarten verabschiedet!

Also, wer Lust hat und etwas für seine Gesundheit tun möchte,

Mittwochs 08:15 Uhr
Esinger Wohlt am Parkplatz Waldkindergarten

Die Viertelnacht Walking Gruppe