



NORDIC WALKING

GEMEINSAM IN BEWEGUNG



2026

NORDIC WALKING

GESUND BEWEGEN. NATUR GENIESSEN.

Mit Nordic Walking kommen Körper und Geist in Schwung – rhythmisch, gelenkschonend und gemeinsam draußen in der Natur.

Gemeinsam durch die Waldgebiete der Stadt Schleiden mit Runden von 5 bis 6 Kilometern und leichten Anstiegen.

Was erwartet Sie?

- Ausdauer und allgemeine Fitness verbessern
- Muskulatur in Armen, Schultern, Rücken und Beinen kräftigen
- Gelenke durch den Einsatz der Stöcke entlasten
- Koordination fördern

IHR EINSTIEG

18. April | 11 Uhr Kurhaus Gemünd

Kostenloses Schnuppern anlässlich des FürSorge Tag Eifel

Termine & Treffpunkte | Einzeltickets & Abo

Tourist Information im Nationalpark Eifel

Dreiborner Str. 59

53937 Schleiden . Gemünd

02444 2011

www.schleiden-eifel.com

Einzelticket: € 10

Jahresabo: 50 € (10 Wanderungen)

Vergünstigung für Mitglieder der Eifelvereins-Ortsgruppen

Gemünd, Schleiden und Dreiborn: Jahresabo 20 €



Eine Kooperation von Eifelverein OG Gemünd und GfW Schleiden