

1. Nordic Skating Cross/Natureskating-Kurs am Dienstag den 17.04.2012

Skilanglauf ganzjährig

Nordic Skating-Cross/Natureskating ist die Outdoorvariante von Nordic Blading im Gelände/offroad und ähnelt der Skating-Technik-Skilanglauf in technischer, biomechanischer und physiologischer Hinsicht. Mit den Inline-skates mit Luftreifen 150 mm für das Gelände ist Nordic Offroad-Skating/Cross-Skating/Natureskating ein Freizeitspaß für groß und klein. Alle können diese Fun- und Trendsportarten lernen und Spaß daran haben!

Wir vermitteln Ihnen in einem Kurs für jung und alt die Grundtechniken
Nordic Skating-Cross/Natureskating



**1:2-
Technik**



**Doppel-
stock-
Technik**



**1:1
Technik**

und bieten Ihnen die Möglichkeit alle Techniken richtig zu erlernen und zu üben!
Außerdem müssen Sie für den Kurs keine Ausrüstung kaufen und erhalten von uns über die Leihhausrüstungen eine Beratung zur richtigen Ausrüstung

Kursvariante I - 1. Termin am Dienstag den 17.04.2012

weitere Termine im Jahr 2012:

Dienstags:

24.04.2012, 08.05.2012, 15.05.2012, 22.05.2012,
05.06.2012, 12.06.2012, 19.06.2012, 26.06.2012,
14.08.2012, 21.08.2012, 28.08.2012, 04.09.2012
11.09.2012, 18.09.2012, 25.09.2012

jeweils von 18.00 - 19.30 Uhr

Ort: Birkenhof/Bonefeld/Radweg

Samstags:

Freitag 27.04.2012 von 17.00 - 20.00 Uhr

Samstag 02.06.2012, 11.08.2012 10.00 - 13.00 Uhr

Ort: Starttafel am DSV Nordic aktiv

Walkingzentrum SRC Heimbach-Weis 2000 e.V.

Anmeldung: 0152/28926702 oder unter E-Mail: rpuderba@rz-online.de

Einsteigerkurs, Kostenpunkt incl. Stockverleih und Skates: 15,-EUR

Kursvariante II

jeden Dienstag ab April 2011 von 18.00 Uhr - 19.30 Uhr als Schnupperkurs, Kostenpunkt:

1mal = 7,50,-EUR incl. Verleih mit Skates luftbefüllte Reifen und Stöcken

5 mal = 35,- EUR, 10 mal = 60,- EUR

Das DSV Nordic aktiv Walkingzentrum bietet die Nordic Skating Kurse, mit folgenden Kooperationspartnern an:



Firma Powerslide

