

Nordic Walking-Herzsportgruppe

Ab dem 10. Februar 2011 startet die Herzgruppe des Vereins Gesundheit Natur Umwelt GNU e.V. wieder von 15.30 bis 17 Uhr ab Redderhus in die Duvenstedter Berge. Das gemäßigte Nordic Walking-Ausdauertraining findet ohne Ferienunterbrechung **regelmäßig am Donnerstag** unter fachkundiger und kardiologisch-sportärztlicher Anleitung statt.

Teilnehmerkreis:

Aufnahme finden Teilnehmer mit Herzerkrankung, Bluthochdruck, Diabetes und/oder Stammfettleibigkeit. Voraussetzung sind ärztliche Verordnung und Kostenzusage der Krankenkasse.

Aufnahme zum herzgesunden Nordic Walking jederzeit möglich!

Genügend Leihstöcke sind vorhanden.

Weitere Informationen über www.gnu-sh.de oder Telefon 04338-1216 (Dr. med Alard Stolte).