



## Nordic Walking

### Marche Nordique

**De** Nordic Walking ist ein Ausdauersport, bei dem Sie in der freien Natur viel Gutes für Geist und Körper tun können.

Bei dieser Sportart werden Sie viele Muskeln beanspruchen und können gleichzeitig die Schönheiten der Natur genießen.

**Fr** *La marche Nordique est un sport de plein air alliant un entraînement d'endurance et d'aérobique.*

*C'est une marche qui sollicite énormément de muscles dans votre corps tout en vous permettant un retour aux sources avec le contact de la nature.*

	<b>montags / les lundis</b>
	14h00
	ein Tag vor Termin / <i>un jour avant la date</i>
	Gratis / <i>gratuit</i>
	BOURSCHEID
	LU / DE / FR / IT
	Team / Equipe Nordstad Aktiv+