

Nordic Walking an der Würm von Gauting nach Stockdorf

Wann: Freitag, **12.05.2023** (Ausweichtermin: 26.05.2023)

Treffpunkt: **09:45 Uhr S-Bahnhof Gauting**

Anreise: **individuell mit**
der S-Bahn (Gruppenticket möglich!) **oder**
dem Auto (das Auto dann evtl. bei der S-Bahn Stockdorf
abstellen und 1 Station mit der S-Bahn nach Gauting fahren)

Dauer: **ca. 2:15 Stunden/Minuten**
(je nach Personenanzahl und Ausdauer sowie mit Trinkpausen)
(ca. 1:30 Stunden/Minuten, wenn wir westlich der
S-Bahn Richtung Stockdorf walken)

Kosten: **15 € / Person**

Voraussetzungen:
leichte Strecke,
geeignet für Anfänger und Fortgeschrittene

Was braucht Ihr:

- Spaß und Freude am Nordic Walking bzw. walken
- !!!etwas zum Trinken!!!
- evtl. kleinen Snack für zwischendurch
- dem Wetter entsprechende Kleidung
- Nordic Walking Stöcke (Leihstöcke bitte vorab bei mir anfordern)
- festes Schuhwerk (evtl. Wechselschuhe)
- GUTE LAUNE!!!

Gerne können sich auch Walker/-innen - die ohne Stöcke
mitkommen möchten - **anmelden!**

Mindestteilnehmer: 5



Nordic Walking an der Würm von Gauting nach Stockdorf

Beschreibung:

Wir treffen uns am S-Bahnhof Gauting.

Über die Bahnhofstraße walken wir Richtung Würm, vorbei am Kriegerdenkmal und der Gautinger Frauenkirche.

Weiter führt uns unser Weg an der Würm entlang, durch den Schlosspark, in Richtung Stockdorf.



Die Wege sind leicht begehbar.

Je nach Wetterlage und Kondition der Teilnehmer/innen wäre diese Nordic Walking Einheit, auch etwas kürzer, westlich der S-Bahn, durch das Waldgebiet, möglich.

Wir beenden die Nordic Walking Runde am S-Bahnhof Stockdorf.

Im Anschluss besteht die Möglichkeit, die Nordic Walking Runde im Restaurant „Il Castagno“, bei der S-Bahn Stockdorf, ausklingen zu lassen.

Entlang der Würm - die Natur genießen.

Hinweis:

Die Nordic Walking Einheit wird auf eigenes Risiko und auf eigene Gefahr der Teilnehmer durchgeführt.

Die **Anmeldung** kann ab sofort **per Mail** bzw. über meine **Homepage** erfolgen.

(Kurskalender - Patricia Fritz Ernährung und Wohlbefinden München)

Ich freue mich über eure Anmeldung!

Wir werden sicher viel Spaß haben!

Herzliche Grüße

Patricia Fritz