



Bleib Aktiv – die nordicsports academy St. Aegydt NÖ stellt sich vor:

Wie jedes Jahr veranstaltet die nordicsports academy wieder viele Aktivitäten für Sie:

**nordic walken
„im Zeichen des
Vollmondes“**

Treffpunkt:

nordicsports academy um **19:00 Uhr**



**6. April 2012
4. Mai 2012
2. Juni 2012
3. August 2012**

Ab März 2012 gibt es wieder Kurse für Anfänger oder Fortgeschrittene

Unbedingt bitte vorher bei Christa Strametz , 0676-88780298 anmelden!!! E-Mail: sportshop.strametz@aon.at
Teilnahmegebühr: Eine Nordic Walking- Einheit a 90 min € 12,00 inkl. nordicwalking-Stöcke

Picknick zu den "St. Aegyder - Steintischen"

**9. Mai 2012
26. September.2012**

Treffpunkt:
nordicsports academy
um **18:00 Uhr**

08. August 2012
Ersatztermin: **22. August 2012**

Überraschungswalken
findet **NUR BEI SCHÖNWETTER STATT**

Die nordicsports Wirte halten für euch kleine Appetit-Happen bereit. Ein Feuerkorb wärmt bei fortgeschrittener Stunde.

Treffpunkt: **18:00 Uhr** bei der nordicsports academy vis a vis vom Marktplatz
Unkostenbeitrag: € 6,00
Anmeldung. 0676-88780298



9. September 2012 Wir walken nach Mariazell

Mit Fahrgemeinschaften fahren wir bis zum Zugang zum Krumbachsattel von dort walken wir zur Wuchtel-Wirtin durch wunderschöne Wälder zu einem Spät-Frühstück. Danach gehen wir durch die landschaftlich einmalig schöne Walster.. In Mariazell belohnen wir uns selbst mit dem Ausblick auf die Basilika, die Gemeindealm, den Ötscher und einer zünftigen Einkehr mit Fahrgemeinschaften kehren wir wieder zu unserem Ausgangspunkt in St. Aegydt zurück.



Treffpunkt: **08:00 Uhr** bei der nordicsports academy vis a vis vom Marktplatz: bitte anmelden bei Christa Strametz!

Am 7. Oktober 2012 findet der 6. nordic walking und running day in St Aegydt statt. Kulinarisches nordicwalken und running in den "Altweibersommer"

Ihr könnt euch bei nordicwalking in den Gruppen: 5, 10 und 15 km eingliedern. Es gibt auch wieder eine Kindergruppe.
Die Läufer werden in zwei Gruppen eingeteilt: **2 Std oder 2,5 Std.**
Am Ziel angelangt werdet ihr von den „nordicsports Wirten“ kulinarisch verwöhnt.
Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt.



Treffpunkt: Marktplatz, um 9:00 Uhr
Start: 10:00 -
Unbedingte Voranmeldung!
Tel. 0676-88780298
Christa Strametz
Kosten: € 23,00
Kinder: € 12,00



Ausbildungskalender für nordic walken

Kurstermine	Ausbildung	Trainer	Kosten
30. März 2012 19. Oktober 2012	Grundseminar	Christa Strametz	€ 99,00
<i>oder individuelle Terminvereinbarung</i>			
31. März und 1. April 2012 20. Oktober und 21. Oktober 2012	Basic Instructor (nur mit Vorqualifizierung möglich)	Christa Strametz jeweils 09:00 bis 17:00 Uhr	€ 229,00
<i>oder individuelle Terminvereinbarung</i>			
20. April bis 22. April 2012 1. Juni bis 3. Juni 2012 und auf Anfrage	Fit fürs Leben und Spaß bei der täglichen Arbeit mit nordic walking und dem PC	Christa Strametz und Anna Willomitzer (+43 664 2023320)	€ 460,00

Alle Teilnehmer erhalten nach der Ausbildung inkl. Abschlussprüfung das international anerkannte Zertifikat der **nordicsports academy international**.

Die nordicsports academy St. Aegydt/NÖ hat sich in einem Netzwerk mit Partnerbetrieben nordicsports pensionen der Region: Gasthof „Zum Blumentritt“, Gasthof Perthold, MAHO-Stub'n Brigitte Goldhahn und Gasthof Gnedt; organisiert.

Unter dem Motto: „Gemeinsam sind wir stark und ALLES AUS EINER HAND“ sind wir für Sie da!

Ziel ist es, durch gezielte Programme, Events und Angebote Freizeittouristen, Firmen und Gäste in den nächsten Jahren im Sommer wie Winter in der Region willkommen zu heißen und ihnen unsere wunderschöne Naturlandschaft in geselliger Art und Weise näher zu bringen.

Sie können alle Programmpunkte unter <http://www.genusstourismus.at/> ansehen und pdf-Dateien herunterladen.

Anmeldung und Information Christa Strametz, Mastertrainerin für nordic walking, 0676-88780298 oder sportshop.strametz@aon.at

Zu unserem Trainerpool und Erfolgsteam gehören: Julia Bertl, Mona und Christa Strametz, Angelika Karner und Sandra Wagner

Ärztliche Leitung:
Dr. Ute Obersheimer
(Fitnessschecks, Gesundenuntersuchungen.....)

Leitung der nordicsports academy
St. Aegydt/NÖ
Christa Strametz
(Mastertrainerin Nordic Walking)

