

Skilanglauf- und Rollsportclub Heimbach-Weis 2000 e.V.



SG Mittelrhein

mit Nordic Walkingschule, Inlineschule und Nordic Bladingschule
der Vereine SRC Heimbach-Weis 2000 e.V., SV Laudert, TG
Boppard, SC Remagen, TV Rengsdorf

www.sg-mittelrhein.de



Neuwied, Maers, Ardenbach, Mülheim-Kärich

www.skiverband-rheinland.de



www.nordicwalking-neuwied.de



3. Nordic Fitness -Tage am 29./30.06.2007 DSV-Nordic Walking Aktivzentrums Neuwied- Heimbach-Weis für Trainer/Übungsleiter/Aktive sowie Jedermann und Jederfrau (Fortbildungsveranstaltung für Trainer im Sportbund Rheinland e.V.)

Das DSV Nordic Walkingaktivzentrum mit seinen drei nach DSV-Vorgaben zertifizierten Nordic Walkingstrecken wurde im Jahre 2005 offiziell eröffnet und hat sich mit seinen beteiligten Skivereinen, DSV Nordic Aktiv-Treffs und DSV Nordic Walkingtrainern zu einem führenden Anbieter im nordischen Sport in der Region Mittelrhein etabliert. Neben den regelmäßigen Kursangeboten des SRC Heimbach-Weis und seiner Partnervereine wurden seitdem schon einige Ausbildungsmaßnahmen des Skiverbandes Rheinland, Sportbund Rheinland bis hin zum DSV NordicWalkingtrainer durchgeführt. Ob Winter oder Sommer, ob Nordic Walking, Nordic Blading, Nordic Skiing, Nordic Rolling, die nordischen Sportler nutzen immer im Wettkampf oder Training die vielen sportlichen Möglichkeiten der "zwei Stöcke". Im Rahmen der 3. Nordic Fitnessstage wird das DSV-Nordic Walkingaktivzentrum mit führenden Referenten aus dem Sportbund Rheinland, Skiverband Rheinland e.V., und dem SRC Heimbach-Weis, der DSV-Gemeinschaftsskischule, der Nordic Walkingschule SG Mittelrhein sämtliche neuesten Informationen zu den Trendsportarten Nordic Walking, Nordic Blading und vielen weiteren dazugehörigen Fitnessrends vorstellen

Freitag 29.06.2007

18.00 Uhr

21.00 Uhr

Samstag 30.06.2007

09.00 - 12.00 Uhr
und 13.00 - 16.00 Uhr

12.00 - 13.00 Uhr

13.00 Uhr - 16.00 Uhr

16.00 Uhr

16.30 Uhr

17.30 Uhr

18.00 Uhr

18.30 Uhr

Start und Ziel:

Streckenverlauf:

Startgeld:

Auszeichnungen:

Anmeldungen

Umkleidemöglichkeiten:

Haftung:

Eröffnung - Fachvorträge (anerkannt als 3 UE Ü-Fortbildung)

Nordic Nightwalking

Workshop's Nordic Walking SOFT, FITNESS,SPORT-Technik, Inline-Skating Basics
Spielformen, Nordic Blading, NordicRolling, Nordic Walking /Prävention weitere
Themen siehe Anmeldeformular

Mittagspause

Start des Nordic Walking/Walking und InlinerDay

- | | |
|-------------------------------------|-----------------|
| a) Kinderstrecke Nordic Walking | 1,50 EUR |
| b) mittlere Strecke Walking | 3,50 EUR |
| c) Langstrecke Nordic Walking | 3,50 EUR |
| Schülerlauf 1km (Rundkurs) | 1,50 EUR |
| 5km (Rundkurs) | 3,50 EUR |

Nordic Inline-Skating/Bladingrennen Rundkurs

Heimbach-Weis (Strecken 1 km, 5 km und 10 km)

Rollskisprint - Demonstration von Nordic Rolling

Freies Inlinerrennen 5 km und 10 km

Parkplatz Margarethenschule -Friedhofstr.

zertifizierte Strecken DSV-Nordic-Walkingaktivzentrum Neuwied-Heimbach-Weis

Inline-Skating, Nordic Blading, Rollski Erwachsene 3,50 EUR, Kinder und Jugendliche 1,50 EUR

Jeder Teilnehmer erhält eine Urkunde, Altersklassenwertung im Rollski, Nordic Inline-Skating nach der DWO des Deutschen Skiverbandes, Auszeichnung der größten Gruppen, jüngsten und ältesten Teilnehmer im Nordic Walking
Bruno Sauerborn 02622/81336 oder Tel.: 02622/80700, rpuerbera@rz-online.de,
Turnhalle der Margarethenschule

Alle Teilnehmer müssen selbst versichert sein. Für Unfälle und Schäden jeglicher Art übernimmt der Veranstalter keine Haftung.

Partner



Skilanglauf- und Rollsportclub Heimbach-Weis 2000 e.V.



mit Nordic Walkingschule, Inlineschule und Nordic Bladingschule
der Vereine SRC Heimbach-Weis 2000 e.V., SV Laudert, TG
Boppard, SC Remagen, TV Rengsdorf

www.sg-mittelrhein.de



Neuwied, Maun, Andernach, Müllheim-Karlich
www.skiverband-rheinland.de



www.nordicwalking-neuwied.de



3. Nordic Fitness -Tage am 29./30.06.2007

DSV-Nordic Walking Aktivzentrums

Neuwied- Heimbach-Weis

für Trainer/Übungsleiter/Aktive sowie Jedermann und Jederfrau
(Fortbildungsveranstaltung für Trainer im Sportbund Rheinland e.V.)

Anmeldung Workshop's

Workshop Nr..	Thema	WorkshopNr.	
W1	Nordic Walking - Einsteiger Soft/Fitness	Alternative Nr.:	
W2	Nordic Running - Fitness/Sport	Name	
W3	Nordic Walking mit richtiger Herzfrequenz	Vorname	
W4	Nordic Walking - Kinder wollen Spaß	Strasse	
W5	Nordic Walking - Gewichtsreduktion	PLZ	
W6	Inline-Skating - Basics - Grundlagen für Nordic Skater	Ort	
W7	Inline-Skating - Spielformen für Nordic Blading	Tel.:	
W8	Nordic Blading - SOFT/FITNESS/SPORT	E-Mail:	
W9	Nordic Blading - Könnler	Verein/Verband	
W10	Nordic Blading - Cross Skaten - Waldwege	Bankverbindung	
W11	Nordic Rolling - Rollski	Konto-Nr.:	
W12	Nordic Walking - Optimale Technik	BLZ	
W13	Nordic Walking - Optimales Kräftigen und Dehnen	Institut	
W14	Walking aktiv und sportlich ohne Stöcke	Inhaber	
Hinweis:	Die Workshops finden gleichzeitig statt	Hiermit erteile ich eine einmalige Einzugsermächtigung von meinem Konto in Höhe von 25,00 EURO	
Gebühr:	25,00 EUR 2 Workshop's inkl. Mittagessen Verbindliche Anmeldung erforderlich	Ort, Datum	Unterschrift

Anmeldungen werden schriftlich oder per E-Mail an folgende Adresse erbeten:
DSV Nordic Walkingaktivzentrum
Neuwied-Heimbach-Weis
Lindenstr. 13
56566 Neuwied
rpuderba@rz-online.de

Partner

