

Nordic Walking für Jedermann/Frau 2017 **immer montags an der Wandertafel** (bei der Volksbank Feudingen)



**Nordic Walking bei jedem Wetter,
ist gemeinsam noch viel netter.**

Achtung: Manche Nordic Walker sind ohne Stöcke unterwegs und daher schwer zu erkennen!

Nordic Walking

Die Strecken in den Monaten Januar / Februar / März / November / Dezember betragen zwischen 3 und 4 Kilometern und haben eine Laufzeit von etwa 1 Stunde.

Die Strecken in den Monaten April / Mai / Juni / Juli / August / September / Oktober betragen zwischen 6 und 8 Kilometern und haben eine Laufzeit von 1 ½ bis 2 Stunden.

In der dunklen Jahreszeit bitten wir alle Teilnehmer und Teilnehmerinnen aus Gründen der Sicherheit Warnwesten bzw. Leuchtstreifen zu tragen.

Auch Mitläufer und Mitläuferinnen ohne Stöcke sind herzlich willkommen.

Januar 2017

Tag	Laufstrecke	Uhrzeit	Länge ca.
02.01.	<i>kein Nordic Walking</i>	-	-
09.01.	Auerbach	17:00	3 km
16.01.	Friedhof – Neubaugebiet	17:00	3 km
23.01.	Unterm Köpfchen	17:00	4 km
30.01.	Eine kleine Runde durch's Dorf	17:00	3 km

Februar 2017

Tag	Laufstrecke	Uhrzeit	Länge ca.
06.02.	Neubaugebiet, Schlüsselweg	17:00	4 km
13.02.	Sasselberg – Zum Boden	17:00	3 km
20.02.	Köpfchen – Feudingerhütte – Rohrbach	17:00	4 km
27.02.	Neubaugebiet, Schlüsselweg, Hainberg	17:00	4 km

März 2017

Tag	Laufstrecke	Uhrzeit	Länge ca.
06.03.	Auerbach	17:00	3 km
13.03.	Friedhof – Neubaugebiet	17:00	3 km
20.03.	Köpfchen – Feudingerhütte – Rohrbach	17:00	4 km
27.03.	Volkholz Osterbach-Hütte und zurück	18:00	6 km

April 2017

Tag	Laufstrecke	Uhrzeit	Länge ca.
03.04.	Wunschtour (Absprache vor Ort)	18:00	?
10.04.	Wanderweg F2	18:00	6 km
17.04.	<i>Ostermontag – kein Nordic Walking</i>	-	-
24.04.	Vogelsang – Bermershhausen – Hütte	18:00	6 km

Mai 2017

Tag	Laufstrecke	Uhrzeit	Länge ca.
01.05.	<i>Tag der Arbeit – kein Nordic Walking</i>	-	-
08.05.	Wunschtour (Absprache vor Ort)	18:00	?
15.05.	Trauberg – Holzhausen – Vogelsang	18:00	7,5 km
22.05.	Hainberg, Weide, Schule	18:00	7,5 km
29.05.	Mackelshelle, Hohe Ley, Ilsetal	18:00	6,5 km

Juni 2017

Tag	Laufstrecke	Uhrzeit	Länge ca.
05.06.	<i>Pfingstmontag – kein Nordic Walking</i>	-	-
12.06.	Wunschtour (Absprache vor Ort)	18:00	?
19.06.	Volkholz, Bergrücken, Dernbach	18:00	7,5 km
26.06.	Wanderweg F2	18:00	6 km

Juli 2017

Tag	Laufstrecke	Uhrzeit	Länge ca.
03.07.	Wunschtour (Absprache vor Ort)	18:00	?
10.07.	Hütte – Bermershausen – Vogelsang	18:00	6 km
17.07.	Trauberg – Holzhausen – Vogelsang	18:00	7,5 km
24.07.	Auerbach – Sprünge – Forsthaus	18:00	6,5 km
31.07.	Rüppershausen – Oberndorf u. zurück	18:00	6 km

August 2017

Tag	Laufstrecke	Uhrzeit	Länge ca.
07.08.	Wunschtour (Absprache vor Ort)	18:00	?
14.08.	Neubaugebiet, Schlüsselweg	18:00	4 km
21.08.	Wanderweg F5	18:00	8 km
28.08.	Auerbach – Sprünge – Forsthaus	18:00	6,5 km

September 2017

Tag	Laufstrecke	Uhrzeit	Länge ca.
04.09.	Wunschtour (Absprache vor Ort)	18:00	?
11.09.	Schule – Weide – Hainberg	18:00	7,5 km
18.09.	Volkholz, Bergrücken, Dernbach	18:00	7,5 km
25.09.	Trauberg – Holzhausen – Vogelsang	18:00	7,5 km

Oktober 2017

Tag	Laufstrecke	Uhrzeit	Länge ca.
02.10.	Wunschtour (Absprache vor Ort)	18:00	?
09.10.	Mackelshelle, Hohe Ley, Ilsetal	18:00	6,5 km
16.10.	Holzhausen – Steinbach u. zurück	18:00	7,5 km
23.10.	Auerbach – Sprünge – Forsthaus	18:00	6,5 km
30.10.	Wanderweg F2	17:00	6 km

November 2017

Tag	Laufstrecke	Uhrzeit	Länge ca.
06.11.	Wunschtour (Absprache vor Ort)	17:00	?
13.11.	Neubaugebiet, Schlüsselweg	17:00	4 km
20.11.	Unterm Köpfchen – Feudingerhütte	17:00	4 km
27.11.	Sasselberg – Zum Boden	17:00	3 km

Dezember 2017



Tag	Laufstrecke	Uhrzeit	Länge ca.
04.12.	Nikolaus – Nordic Walking	17:00	0-4 km
11.12.	Sasselberg – Auerbach	17:00	4 km
18.12.	Weihnachten – Glühweinstrecke	17:00	0-4 km

danach Weihnachtspause bis Anfang Januar 2018.



Nordic Walking

Offen für alle

Rund um Feudingen

Das ganze Jahr

In der Gemeinschaft

Charakteristisch: Stöcke

Wohlgefühl

Aktiv sein

Lifestyle

Kommunikation

Intelligent abnehmen

Natur erleben

Gesundheit fördern

Weitere Informationen bei:

Name	Telefon
Christine Otto	02754 / 557
Gerhard Dellori	02754 / 8458
Helmut Stützel	02754 / 766
Claudia Weber	02754 / 8588