



# Nordic Walking

..správně s Gábinou

**Lektorka: Mgr. Gabriela Tomášová**

Obsah kurzu: instruktáž  
Nordic Walking a ukázka  
cvičení s hůlkami NW

vlastní hůlky NW s sebou,  
k zapůjčení 3 páry hůlek

**17.6.2024 16:00**

**Hlincová Hora**  
- sraz před OÚ

**Cena: 200,-**

Délka kurzu:  
1,5-2 hod.

Nahlášení účasti: **602 494 151**

