



Bewegung - Frische Luft - Gemeinschaft

Nordic-Walking-Kurs im Herbst 2026

Die Offene Behindertenarbeit des Caritasverbandes lädt auch im Herbst wieder alle, die Lust auf Bewegung an der frischen Luft in einer netten Gruppe haben, zum Nordic-Walking-Kurs ein!

- **Termine: immer donnerstags von 17.15 Uhr bis 18.30 Uhr**
Ab **Donnerstag, den 17.9.2026**, weitere Termine: 24.09. / 1.10. / 8.10. / 15.10. / 22.10. / 29.10. / 12.11.2026 (insgesamt 8 Termine)
- **Treffpunkt:** Waldkindergarten am Ettwieser Weiher
- **Kursleitung:** Birgit Stonawski, Diplom-Sportlehrerin (Univ. Rehabilitation/Prävention)
- **Kursbegleitung:** durch die OBA
- **Mitzubringen:** Bequeme (Sport-) Kleidung, feste bequeme Sportschuhe, evtl. Getränk, 98,- € Kursgebühr, Haftungsausschlusserklärung. Stöcke werden von der Kursleiterin gestellt!
- **Kosten:** Der Kurs kostet **98,- €** und ist **am 1. Kurstag zu bezahlen**. Nach Ende des Kurses erhält jeder Teilnehmer eine **Teilnahme-Bestätigung**, die er bei seiner **Krankenkasse** einreichen kann. Die Kosten werden je nach Krankenkasse bis zu 100% **erstattet**. Wie hoch der Anteil der Kosten ist, den die jeweilige Krankenkasse erstattet, muss vorher bitte geklärt werden. Gerne helfen wir Ihnen dabei.

Anmeldung bitte bis spätestens 10. September 2026 bei Daniela Stark (OBA, Caritas),
telefonisch: 08342 9619-20, per Mail: daniela.stark@caritas-kf-oal.de oder Fax: 08342 9619-49.

Bitte beachten Sie:

Die Anmeldung ist **verbindlich**! Nach Beginn des Kurses muss die Kursgebühr auch bei Nichterscheinen bezahlt werden. Mit der Anmeldung bestätigen Sie, dass Sie die Haftungsausschlussvereinbarung gelesen und zur Kenntnis genommen haben.

Anmeldung zum Nordic Walking Kurs per Fax: 08342-9619-49

17. September bis 12. November 2026, donnerstags von 17.15 Uhr bis 18.30 Uhr

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Nordic Walking Kurs an.

Die Kursgebühr beträgt 98,- €.

Name	
Vorname	
Geburtsdatum	
Adresse	
Telefon	
Krankenkasse	

Ort, Datum

Unterschrift