



Der ehemalige Leistungssportler Daniel Stämpfli, der selber von einer Hirnverletzung betroffen ist, führt begleitete Nordic Walking-Treffen durch. Er verfügt über grosse Erfahrung im sportlichen Training, so dass die Gruppe auch ideal für Nordic Walking-Anfänger ist. Willkommen sind sowohl Betroffene als auch Angehörige.

Inhalte und Ziele sind unter anderem:

- Soziale Kontakte knüpfen
- Austausch mit anderen Betroffenen
- Einführung ins Nordic Walking
- Körperliche Aktivität

Anmeldung und Informationen
FRAGILE Aargau/Solothurn Ost
E-Mail: aargau@fragile.ch

Wann und wo?

Wann:

Jeden zweiten Dienstag in Aarau
Jeden zweiten Donnerstag in Olten
Aktuelle Daten unter: www.fragile-aargau.ch

Zeit:

13.30 – ca. 15.30 Uhr

Ort:

Treffpunkt Aarau:

Laufbahn Leichtathletikstadion Schachen

Treffpunkt Olten:

Laufbahn Stadion Kleinholz

Versicherung:

Ist Sache der TeilnehmerInnen

Gruppenleitung:

Daniel Stämpfli, Telefon 076 424 00 08