



<https://biz.li/2y9a>

"NATÜRLICH GESUND BLEIBEN"-TOUR MACHT STATION IN LAATZEN

Veröffentlicht am 16.10.2019 um 11:00 von Redaktion LeineBlitz

Männer und Frauen für Sport und Bewegungsangebote in der Natur begeistern - dies möchte die SpVg Laatzen gemeinsam mit dem Landessportbund Niedersachsen am 16. November mit der Veranstaltung "Natürlich gesund bleiben". Auf dem Sportplatz "Auf der Dehne" wird es von 10 bis 16 Uhr eine Mischung aus bestehenden Vereinsprogrammen und neuen Trendsportangeboten geben. Die Teilnehmenden erwartet ein spannender Vortrag zu den Gesundheitspotenzialen sportlicher Aktivitäten in der Natur, bevor es dann aktiv weitergeht. Es werden sechs verschiedene Mitmachaktionen angeboten, aus denen die Teilnehmenden in drei Workshopphasen wählen können. Zur Auswahl stehen Walking/Nordic Walking,



Zumba, Outdoor-Fitness, Raus mit dem Fitness-Rucksack, Funktionstraining, Plogging. Die Veranstaltung ist für alle offen, egal ob sehr sportlich oder für Sportanfänger, alt oder jung, Mitglied im Verein oder nicht, Mann oder Frau. Alle Übungsleitenden erhalten 4 Lerneinheiten für ihre Übungsleiter-C Verlängerung angerechnet. Die Teilnahmegebühr beträgt 5 Euro. Anmeldungen sind möglich unter npanitz@lsb-niedersachsen.de.