

Liebe Nordic Walkerinnen & Nordic Walker,

Lange Zeit glaubte man, die negativen Auswirkungen von Bewegungsmangel beschränkten sich auf Probleme wie Herzkreislaufsystems, Bewegungssysteme wie Muskelschmerzen, Rückenprobleme oder Osteoporose. Dem ist nicht so: Ebenso gravierend auf die Gesundheit und die Vitalität sind die mit Bewegungsarmut einhergehenden biochemischen Veränderungen, die sich oft genug zu psychischen Problemen, wie z.B. Depressionen oder Essstörungen auswachsen können. Vor allem dann, wenn zum Bewegungsmangel noch fehlende Sozialkontakten, Stress oder falscher Ernährung hinzukommen. Die Folge ist eine Veränderung in der Balance der Stimmungslagen und Gefühle, unsere innerer Großwetterlage. Der für diese Balance notwendige Hormonfluss wird schwächer, die durch Stress und negative Erlebnisse ausgeschüttet Botenstoffe dominieren. Die Auswirkungen von Bewegungsmangel auf die psychische Gesundheit sollten zukünftig stärker thematisiert werden. Auch der positive Einfluss der Natur auf die Psyche ist nachgewiesen worden. Daher die Nordic Walking Stöcke in die Hand nehmen und raus in die Natur. Sollten es ihre Freunde noch nicht wissen, was Nordic Walking alles Positive für Körper und Geist machen kann, überzeugen Sie diese auf einer Schnuppereinheit

Mag. Markus Förmer
Mastertrainer

Prof. (FH) Mag. Dr. Erwin Gollner
Mastertrainer

Gabriele Gollner- Ried
NWO-Büro

Themen des Newsletters

- ✓ Beitritt der NWO zur ENWO
- ✓ Chefkampfrichter
- ✓ Vorstand ab Juni 2017 neu gewählt
- ✓ Mitglieder werben zahlt sich aus
- ✓ Leki Gutscheine anfordern
- ✓ Leki Neue Innovationen 2017
- ✓ Aus- und Weiterbildungen 2018



Beitritt der NWO zur ENWO

Am 16.9.2017 fand die feierliche Unterzeichnung der Beitrittserklärung der NWO zur ENWO (Europäische Nordic Walking Union) in Bleiburg statt. Im Rahmen der Siegerehrung zum Europacup und der Österreichischen Nordic Walking Meisterschaft unterzeichnete Dr. Erwin Gollner für die NWO gemeinsam mit Walter Goth (Vizepräsident der ENWO) die Beitrittsurkunde. Somit wurde Österreich als fünfte Nation in die ENWO aufgenommen.

Chefkampfrichter Gerhard Heidler tritt zurück

Nach mehrjähriger erfolgreicher Tätigkeit hat der Chefkampfrichter der NWO, Gerhard Heidler, seine Funktion zurückgelegt. Gerhard trug wesentlich dazu bei, dass das Wettkampf-Nordic Walking sich etablierte. Er und sein Team an erprobten Kampfrichtern haben so manchen Strauß mit Sportlern bei unsauberer Gangart durchgefochten. Eine nicht immer einfache Aufgabe, die zu vielerlei Diskussionen geführt hat, aber der Fairness geschuldet war. Die NWO bedankt sich recht herzlich für diese Aufbauarbeit, die Gerhard immer mit größter Sorgfalt und Engagement erbracht hat.

Die Suche nach einem Nachfolger als Chefkampfrichter hat bereits begonnen, der die erfolgreiche Aufbauarbeit von Gerhard Heidler in seinem Sinne weiterführen wird.

Wahl des neuen Vorstandes

Im Rahmen unserer Generalversammlung und Vorstandssitzung am 12. Mai 2017 wurde der Vorstand der Nordic Walking Organisation für die nächsten 6 Jahre neu gewählt.

Obmann	Dr. Erwin GOLLNER
Obmann-Stellvertreter	Mag. Markus FÖRMER
Schriftführer	Gabriele GOLLNER- RIED
Schriftführerstellvertreter	Mag. Gerda DENNER
Kassier	Silvia MARX



Mitglieder werben zahlt sich aus

Je mehr wir sind, desto mehr können wir bewegen. Mit Ihrer Unterstützung leisten Sie einen wichtigen Beitrag zur Bewältigung der zahlreichen Aufgaben der Nordic Walking Organisation. Begeistern Sie Freunde und Bekannte die Nordic Walking Organisation als außerordentliches Mitglied zu unterstützen und holen Sie sich Ihre Prämie.

- A Nordic Walking Buch
- B Nordic Walking Buff
- C Nordic Walking DVD

... und so funktioniert's:

- Sprechen Sie Ihre Freunde auf die Vorteile der Nordic Walking Organisation an und laden sie zur Mitgliedschaft ein.
- Melden Sie uns Ihre neu gewonnenen Mitglieder mittels ausgefüllten Anmeldeformular

gleich zum Anmeldeformular

Nützen auch Sie die Vorteile einer Mitgliedschaft

- * Rabatte und Vergünstigungen bei Partnern der NWO
- * Haftpflichtversicherung für die Betreuung von Gruppen
- * Laufende Information über neueste Innovationen
- * 5 Folder der NWO
- * 30% Ermäßigung für ein Langlauftraining (Gruppe oder Personaltraining) oder Biathlontraining bei der nordic academy Mag. Markus Förmer in Hochfilzen
- * 50 % Rabatt bei der Teilnahme am Volksbiathlon oder Teambattle in Hochfilzen: www.volksbiathlon.com
- * Gratis Skitest (Fischer, Madshus) und Gratis Langlaufen im Pillerseetal bzw. Gäste-Biathlon beim WinterOpening am 17.12.2017 in Hochfilzen



Leki - Nordic Walking Organisation

Produkt highlights 2017

Smart Carbon 6402535



Einfach super, dein neuer Nordic Walking Stock Smart Carbon! Das Griffsystem Trigger Shark 2.0 für noch bessere Kraftübertragung und mehr Halt, 14 mm Rohre aus 100 % Carbon und Smart Tip 2.0, die sich ganz leicht auf den Untergrund anpassen lässt und noch mehr Grip bietet.

Micro Trail Pro 6402585



Trailrunning faltstock der Superlative! Vielseitig einsetzbar und dank Schäften aus 100 % Carbon extrem leicht. Trigger Shark 2.0 und Trigger Shark Active Strap für besseren Sitz und direktere Kraftübertragung. Mehr Kraftreserven für dich und die bevorstehende Distanzen. Thermo-Griffverlängerung für noch mehr Komfort. Bis 135 cm erhältlich! **Leave your comfort zone.**

Passion 6402525



Der Nordic Walking Stock für passionierte Läuferinnen. Die abnehmbare Trigger 1 Schlaufe und CorTec Griffe bieten dir eine spitzen Kraftübertragung. Die Rohre aus 60 % Carbon sorgen für ein hervorragendes Schwungsverhalten. Die Hartmetallspitze ist farblich auf den Griff abgestimmt. Erhältlich in den Längen 100 - 120 cm.



Instructor 6362634



Der

Instructor Lite überzeugt durch das innovative Trigger Shark 2.0 System, der Rohrkombination aus hochfestem Aluminium und 60 % Carbon und dem Speed Lock 2 Verstellsystem zur schnellen und einfachen Längen Anpassung.

Leki Nordic Walking Organisation

Als Mitglied in der Nordic Walking Organisation bekommt ihr einen Rabatt auf 2 Paar LEKI-Nordic Walking Stöcke eurer Wahl!

- 25 %

GUTSCHEINCODE: NWOAT25

einlösbar auf www.leki.at oder beim Sportfachhandel ihrer Wahl

Da jeder von Euch seine eigenen Vorstellungen von geeignetem Material hat, lassen wir es offen welchen Artikel ihr bestellt.

Händler mit LEKI Nordic Walking Center überzeugen durch eine große Auswahl an passenden Stöcken und Handschuhen sowie kompetenten Service rund um das Thema Nordic Walking.

Alle LEKI Nordic Walking Center sind mit dem LEKI-NWO Logo markiert.

Wir wünschen euch weiterhin eine gute und verletzungsfreie Saison!
Euer Leki Team Österreich



Teststöcke für Ihr Event

Sollten Sie für Ihren ersten NW-Kurs oder für größere NW-Veranstaltungen Leki Teststöcke benötigen, dann wenden Sie sich bitte frühzeitig an den Sportfachhandel. Dieser kontaktiert uns gerne für Sie.

Abwicklung: Der Sportfachhändler (mit dem Sie zusammenarbeiten) bestellt bei uns Teststöcke für einen frühzeitig vorher vereinbarten Termin. Diese können maximal 1 Woche verwendet werden und müssen dann umgehend an uns retourniert werden. Fehlende Stöcke oder Schlaufen werden zum Neupreis verrechnet. Sie erreichen uns unter carina.blum@redlersports.at

Aus- und Fortbildungsangebot 2017/2018

Mag. Dr. Erwin Gollner hier: <http://www.bad.tatzmannsdorf.at/nc/bewegung-sport/lauf-walkingarena/seminare/>

Mag. Markus Förmer hier: <http://www.nordicacademy.at/nordic-academy/ausbildungstermineevents.html>

Sie planen ein Nordic Walking Event 2018 oder wissen wo eines stattfindet!

Wir freuen uns wenn Sie uns Ihre Veranstaltung schicken!

