

Liebe Nordic WalkerInnen!

Mit diesem Newsletter wollen wir Euch auf die sportlichen Agenden des Nordic Walking aufmerksam machen. Mit Peter Stattmann haben wir als NW-Wettkampfbeauftragten und mit Mag. Peter Stern als Wettkampfrichterreferenten der NWO gewinnen können. Als erste große Initiative haben unsere beiden Kollegen den 1. NWO Austrian Nordic Walking Cup ins Leben gerufen. Wir freuen uns schon jetzt auf zahlreiche Teilnahme und Ersuchen um Weiterleitung dieser Wettkampfserie.

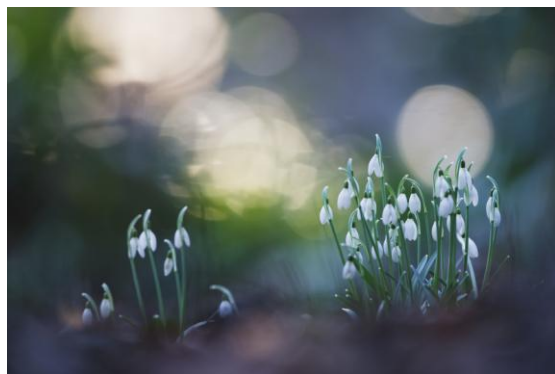
Mag. Markus Förmer
Mastertrainer

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

Gabriele Gollner- Ried
NWO-Büro

Themen des Newsletters

- ✓ Wettkampfrichterausbildung 2018
- ✓ 1.NWO Austrian Nordic Walking Cup
- ✓ Leki Hauptsponsor Austrian Nordic Walking Cup
- ✓ Refresher Nordic Walking Fortbildung
- ✓ News von LOWA
- ✓ Aus –und Weiterbildung
- ✓ Aktuelle Termine Veranstaltungen 2018



Wettkampfwalken

Nordic Walking Kampfrichterausbildung für ÖM, NWO-Austria-Cup, Europacup 24.und 25 März 2018

Ziel ist es eine einheitliche Beurteilung der Nordic Walking Wettkampftechnik zu erarbeiten.

Der KR soll imstande sein, sämtliches Fehlverhalten des Sportlers zu erkennen und nach dem Maßnahmenkatalog die Ermahnungen, Verwarnungen, Zeitstrafen vorzunehmen. Hierbei ist höchstes Augenmerk auf Objektivität und Fairness zu setzen.
Grundvoraussetzung die KR Ausbildung absolvieren zu können ist die Beherrschung der grundlegenden Nordic Walking Technik.
Dazu sind 2 Kursblöcke und eine abschließende Prüfung durchzuführen.

Grundausbildung:

Die Ausbildung soll mit der Überprüfung dieser Basics beginnen.
Im zweiten Teil sollen die Unterschiede zur Wettkampftechnik besprochen werden.
Der Abschluss erfolgt mit einem kurzen Lehrauftritt.
Auffrischkurse (2. Kursblock) soll die Fertigkeiten festigen.
Prüfung zum Erhalt der Grundlizenz als Kampfrichter. Danach
Mögliche weitere Ausbildung zum Hauptwettkampfrichter

Ausbildung (Kursinhalte)

Analyse Nordic Walking Basics vs. NW Wettkampftechnik
Bewegungseinheit zur Überprüfung der eigenen NW Technik
Videoanalyse – Wettkampftechnik
Bewegungseinheit – Wettkampftechnik mit Beurteilung
Die Teilnehmer übernehmen ihre erste KR Aufgabe
Nachbesprechung
Kurzer Lehrauftritt - Wettkampfsimulation

Ausbildungskosten

Je Kursblock € 100,-; Prüfungsgebühr € 50,-

Anmeldeschluss ist der 15.03.2018

Anmeldung und Infos bei Peter Stattmann Tel: 0664 3825822 , E-Mail peterstattmann@gmx.at

Alle Infos finden Sie auch unter www.nwo.at



1.NWO-Austria-Cup Nordic Walking Sponsored by „LEKI“

1. Bewerb – 25.03.2018 – Fischamend - www.fischamendrunners.at
2. Bewerb – 15.4.2018 - Rückersdorf - www.stern-bew.com
3. Bewerb – 06.05.2018 - Bleiburg- www.bleiburger-walker.at
4. Bewerb – Juni 2018 – Ort offen
5. Bewerb – Juli 2018 – Ort offen
6. Bewerb – August 2018 – Ort offen
7. Bewerb – 09.09.2018 – Gerlitze (Bergevent mit ÖM)
8. Bewerb - 07.10.2018 – Ferlach (Finale) – www.pentek-timing.at

Punktesystem nach Europacupmodus – 1 Streichresultat - die Sommertermine können erst nach Bekanntwerden der Europacuptermine fixiert werden.

Durchführungsbestimmungen und Wettkampfbegleitend lt. NWO Aushang www.nwo.at – Klasseneinteilung m/w 1958 und älter, 1959 – 1973, 1974 und jünger für die Cupwertung (es bleibt dem einzelnen Veranstalter über eine eigene Klasseneinteilung vorzunehmen) – für den Cup ist keine gesonderte Anmeldung notwendig – Anmeldungen erfolgen jeweils über den einzelnen Veranstalter

Mehr Auskünfte bei Peter Stattmann und unter: peterstattmann@gmx.at

Großen Dank gilt Firma LEKI



Fa. Leki konnte als Hauptsponsor für den 1. NWO-Austria Cup gewonnen werden !

Recht herzlichen Dank für die Unterstützung!



Mitgliedschaft 2018

Wir freuen uns, dass die Mitgliederzahl sich auch im neuen Jahr schon wieder erhöht hat und viele der Mitglieder bereits den Beitrag für 2018 überwiesen haben. Wir dürfen daran erinnern, dass die Mitgliedskarte 2017 mit 28. Februar ihre Gültigkeit verliert und die passwortgeschützte Seite ebenfalls nur bis zu diesem Zeitpunkt aktiv bleibt.

Der Mitgliedsbeitrag für 2018 ist mit € 38,00 unverändert geblieben. Die einmalige Einschreibgebühr (für Neumitglieder 2018) beträgt € 20,00. Um weiterhin den Versicherungsschutz sowie die Vergünstigungen der NWO in Anspruch nehmen zu können und die Informationen auf der geschützten Seite abzurufen, haben wir allen ihre Einzahlungserinnerung mit den Kontodaten mit der Post zugesendet. Wir bitten Sie Ihren Beitrag für 2018 bis spätestens 10.02.2017 auf das Konto **AT 96 3312 5000 0100 5313**, bei der Raika Oberwart, Bankstelle Grafenschachen einzuzahlen.

Der Mitgliedsbeitrag von **Euro 35.-** wird am **15.02.2018** von allen Mitgliedern die uns einen Abbuchungsauftrag erteilt haben abgebucht.

Immer wieder kommt es vor, dass NWO Mitglieder ihre Bank wechseln.

Sollten Sie einen Abbuchungsauftrag für den NWO Mitgliedsbeitrag beauftragt haben, ersuchen wir Sie um rechtzeitige Bekanntgabe der neuen Bankverbindung um Kontospesen zu vermeiden.

Wir weisen darauf hin, dass eine Mitgliedschaft nur dann rechtskräftig ist, wenn das Anmeldeformular vorliegt, sowie die einmalige Einschreibgebühr und der Mitgliedsbeitrag eingezahlt wurden.

Auf Grund einiger Anfragen von NWO-Mitgliedern dürfen wir nach Rücksprache mit der Versicherung mitteilen, dass die Haftpflichtversicherung auch für Nordic Walkingaktivitäten im Schnee gilt. Das Nordic Walking muss aber auf üblichen Walking- u. Wanderwegen durchgeführt werden. Keine Deckung ist abseits der Wege im alpinen Gelände gegeben.

Nützen auch Sie die Vorteile einer Mitgliedschaft 2018

- * Vergünstigungen bei Fortbildungsveranstaltungen
- * Rabatte und Vergünstigungen bei Partnern der NWO
- * Haftpflichtversicherung für die Betreuung von Gruppen
- * Laufende Information über neueste Innovationen

!!!!Wichtig!!!! !!!!Wichtig!!!! !!!!Wichtig!!!! !!!!Wichtig!!!! !!!!Wichtig!!!! !!!!Wichtig!!!!

Um unser Mitglieder-Newslettersystem immer auf dem aktuellen E-Mail stand zu halten bitten wir um Kontrolle ihrer aktuellen E-Mail Adresse, Telefonnummer und Adresse.



Fresh up!

Refresher Fortbildung für Nordic Walking Instructoren und Trainer!

Deine letzte Nordic Walking Ausbildung ist schon länger her? Du willst deine Eigentechnik optimieren, den neuesten Stand der Nordic Walking Technik erhalten, neuen Schwung in deine Einheiten bringen und neue Innovationen rund um Nordic Walking erhalten.

Wann: 28.04.2018, Bad Tatzmannsdorf mit Mag. Dr. Erwin Gollner

Inhalte:

- Neue Technik Entwicklungen
- NW Technik (mittels Video)
- Analyse
- Überprüfung
- Optimierung
- Methodische Übungsreihen zur Vermeidung der häufigsten NW-Technik Fehler
- Neue Technikübungen



Ziel :

Verbesserung des Eigenkönnens, gezielte Korrekturen zur NW Technik durchführen können. Neue Technikübungen kennenlernen. Sicher Nordic Walking Gruppen und Einzeltraining durchführen.

Kosten: **130 EUR** für NWO-Mitglieder , **150 EUR** für Nichtmitglieder

Anmeldung und Info unter info@nwo.at



LOWA
DAMIT LÄUFT ES SICH WIE GESCHNÜRT.



Wenn aus einem kurzen Spaziergang doch einmal eine ausgedehnte Trainingsrunde wird, dann ist der MADDUX GTX® LO der perfekte Begleiter. Der Multifunktionsschuh ist für jede Eventualität bestens gerüstet. Die Speed-Lacing-Schnürung noch einmal kurz festgezogen und schon kann es losgehen – bei jedem Wetter und in jedem Gelände.

Das leichte und hochatmungsaktive Multitalent ist mit einer doppelt angespritzten LOWA-DynaPU®-Sohle ausgestattet, die selbst bei härtesten Bedingungen zuverlässigen Komfort bietet. Für zusätzliche Stabilität in anspruchsvollem Terrain sorgt die innovative LOWAMONOWRAP®-Technologie. Mindestens genauso hart im Nehmen ist auch das hochatmungsaktive Mesh-Material. Dank der darin eingearbeiteten GORE-TEX®-Membran ist der sportliche Halbschuh nicht nur wetterfest, sondern sorgt bei schweißtreibenden Aktivitäten ebenso für konstant trockene Füße. Auch sonst läuft es sich mit dem atmungsaktiven Multitalent wie geschnürt, denn mit der praktischen Speed-Lace-Technologie kann der Sportschuh schnell und einfach an die individuellen Bedürfnisse angepasst werden. Der luftig leichte und wasserdichte Multifunktionsschuh fühlt sich in jedem Terrain wohl – sei es im Urlaub oder der Freizeit. Dank der griffigen LOWA-Enduro-Evo-Sohle sammelt der sportliche Allrounder am Ende jeder Tour garantiert mehr Kilometer als anfangs eingeplant.

Größe: 3.5 – 9 | 6.5 – 13

Gewicht pro Paar LO Ws (UK 5): 590 g | LO (UK 8): 720 g

Weitere Infos unter www.lowa.at

LOWA
simply more...



Aus- und Fortbildungsangebot

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

Mag. Markus Förmer hier: <http://www.nordicacademy.at/ausbildungstermine.html>

Für Sie zusammengestellt – Nordic Walking Veranstaltungen 2018

Nordic Walking Opening in Bad Tatzmannsdorf - Nordic Walking/Anradeln/E-Biken 2018

22.04.2018 (Bad Tatzmannsdorf)
Kein Nenngeld – keine Anmeldung

Am Sonntag, dem 22. April 2018 findet in der Lauf- & Walkingarena der traditionelle Saisonauftakt für Gesundheitssportler statt. Nordic Walker, Radfahrer und Freunde der gesunden Bewegung sind herzlich dazu eingeladen.

Infos unter: http://www.bad.tatzmannsdorf.at/nc/bewegung-sport/lauf-walkingarena/alt-seminare/detail/?fsize=%25252fproc%25252fself%25252fenviro&tx_tpseminaretermine_pi1%5Btid%5D=267

ICH-DU-WIR Lauf & Nordic Walking

19.05.2018 (Felixdorf)

ICH-DU-WIR bezeichnet das Gemeinsame des Inklusionsgedankens. Unter diesem Motto laufen Menschen mit und ohne Behinderung einen Lauf bzw. eine Nordic-Walking Strecke gemeinsam auf dem Weg zur Inklusion. Eine Veranstaltung die in der Zwischenzeit bei vielen ProfessionalistInnen und FreizeitsportlerInnen beliebt ist. Auch der Kinderlauf findet immer mehr Anhänger.

Anmeldung unter:

<http://www.laufkalender24.at/veranstaltung/185226-14.-ICH-DU-WIR-Lauf-und-Nordic-Walking-19.05.2018-Felixdorf.html>



Lauf und Walking Erlebniss Dellach

20.05. 2018

Am Sonntag, dem 20. Mai 2018 ist es wieder so weit - das "Lauf & Walkerlebnis 2018" findet statt. Flankiert von den Gailtaler Alpen im Norden und den Karnischen Alpen im Süden, können Sportbegeisterte und Besucher auf den gesamten Lauf- und Walkingstrecken in Dellach die einzigartige Landschaft des oberen Gailtales genießen. Ein großartiges Rahmenprogramm macht diese Veranstaltung zu einem wirklichen Lauevent für Groß und Klein.

6. Burgenländische Frauenlauf in Bad Tatzmannsdorf

17. Juni 2018

Wir freuen uns, dass Bad Tatzmannsdorf nach der Rekordbeteiligung 2017 (über 1.000 Anmeldungen) wieder Austragungsort für den 6. Burgenländischen Frauenlauf & Nordic Walking Bewerb ist.

Die Bewerbe richten sich an alle Mädchen und Frauen, unabhängig von Trainingsstand und Alter. Es gibt auch wieder einen Nordic Walking-Bewerb. Mit dem Frauenlauf werden Burgenlands Frauen für mehr Sport begeistert und ihnen Freude an der gemeinsamen Bewegung vermittelt. Gemeinsames Laufen/Walken in der Gruppe macht Spaß und motiviert!

Infos, Anmeldung & Kosten: http://www.bad.tatzmannsdorf.at/nc/bewegung-sport/lauf-walkingarena/alt-seminare/detail/?fsize=%25252fproc%25252fself%25252fenviro&tx_tpseminaretermine_pi1%5Btid%5D=277

Mozart 100

16.06.2018

Der mozart 100® führt die Teilnehmer vom Mozartplatz in Salzburg durch die Vielfalt und Schönheit des Salzburgerlands, die ein einzigartiges und unvergessliches Lauf und Walking erlebnis garantieren.

Anmeldung unter: <https://www.mozart100.com/>

Montafon Arlberg Marathon in Vorarlberg

30.06.2018

Disziplinen Marathon, Marsch, Speed Hiking und Panoramalauf,

Anmeldung unter: <http://www.montafon-arlberg-marathon.com/index.php?id=78>



Erzberglauf und Nordic Walking

22.07.2018 (Eisenerz)

Schon lange zählt Österreichs größte Berglaufsportveranstaltung zu Europas Spitzenevents der Sport-Szene. Neben über tausend Laufsportfreunden, nehmen jedes Jahr auch rund 500 Nordic Walker die landschaftlich reizvolle Strecke von der Innenstadt bis hinauf auf den Erzberggipfel in Anspruch. Panorama-Ausblick inklusive!

Anmeldung unter: <https://www.erzbergsport.at/run-walk>

Wachamarathon – Lauf und Nordic Walking Halbmarathon

20.09.2018 (Wachau)

Die Lauf & Nordic Walking strecke in der WACHAU ist einerseits bei tausenden Hobbyläufern & Nordic Walkern aufgrund ihrer flachen Topografie beliebt und geschätzt, gibt es doch kaum eine leichtere und schnellere Strecke als jene zwischen Emmersdorf und Krems. Gerade Einsteiger wissen es zu schätzen, wenn sich bei einem Event kein einziger Hügel oder gar Berg auftürmt und sie aufgrund dieser idealen topografischen Voraussetzungen ihre ganz persönlichen Laufziele leichter erreichen können.

Anmeldung unter: <http://www.wachamarathon.com/bewerbe/nordic-walking-halbmarathon/die-strecke/>

**Sie planen ein Nordic Walking Event oder wissen wo eines stattfindet!
Wir freuen uns wenn Sie uns Ihre Veranstaltung schicken!**

