



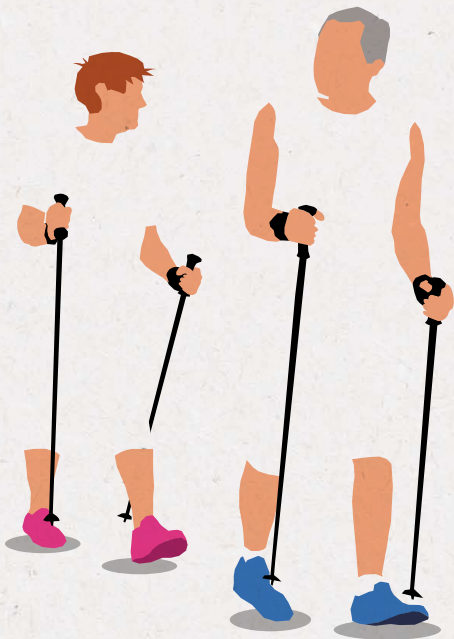
Pensionistenklubs  
der Stadt **Wien**

[www.askoewat.wien](http://www.askoewat.wien)

ASKÖ 



# 1. SeniorInnen Nordic Walking Day



**WIENLÄUFT** 



# MACHEN SIE MIT, MELDEN SIE SICH ZUM 1. SENIORINNEN NORDIC WALKING DAY AN!

**Datum:** 18. September 2017

**Uhrzeit:** 14.00 Uhr

**Anmeldegebühr pro Person:** € 5,00 (Bezahlung bei der Anmeldung)

**Start und Ziel:** Spenadlwiese, ASKÖ Ballsportzentrum, Prater Hauptallee

**Streckenlänge:** 2,5 Kilometer oder 5 Kilometer

**Kategorien:** 60plus, 70plus und 80plus, sowie getrennt nach Geschlecht

**Anmeldung:** Bis Ende August in allen Pensionistenklubs der Stadt Wien

**Startnummer mit Chip für Zeitmessung:**

Können am Veranstaltungstag von 10.00 bis 13.30 Uhr abgeholt werden.

**Ausrüstung:** Nordic-Walking-Stöcke sind selbst mitzubringen.

**Diverses:** Garderoben zum Umziehen, Sitzmöglichkeiten und Toiletten sind vorhanden. Nach dem Nordic Walking können die TeilnehmerInnen zu günstigen Preisen in der Kantine des ASKÖ essen und trinken.

**Eröffnung:** Um 14.00 Uhr durch Sandra Frauenberger, Stadträtin für Soziales, Gesundheit und Frauen, Susanne Herbek, SeniorInnenbeauftragte und Gabriele Graumann, Geschäftsführerin des Kuratorium Wiener Pensionisten Wohnhäuser.

**Startschuss:** 14.30 Uhr

Nach der Siegerehrung – gemütliches Ausklingen.

Der Nordic Walking Day findet bei jedem Wetter statt.

**Training:** Wer sich vorher schon Mal warmlaufen will, meldet sich im Pensionistenklub Böcklinstraße 43, 1020 Wien. Dort finden regelmäßig kostenlose Einheiten mit einem Nordic Walking Trainer des ASKÖ statt.

**Mehr Informationen:** Unter 01/313 99-170 112 und auf [www.pensionistenklubs.at/walkingday.aspx](http://www.pensionistenklubs.at/walkingday.aspx)