

Ein Angebot des Turnverein Börnig-Sodingen 1889/90 e.V.



# NORDIC WALKING

JEDE FRAU  
UND  
JEDER MANN  
IST HERZLICH  
WILLKOMMEN!

**Komm mit uns auf  
den staubigen Trail  
und verbessere deine  
Ausdauer und Kondition!**

**Gesundheitsfördernder Sport**  
kombiniert mit  
**sozialem Miteinander!**

Termine montags, 9.00 Uhr  
Wo Parkplatz Haus Galland  
Anmeldung/  
Information Jürgen Czwikla  
023 23-355 00

Termine montags, 16.30 Uhr  
Wo Freizeithaus/Gysenberg  
Anmeldung/  
Information Elke König  
023 23-4603 42

Termine mittwochs, 18.00 Uhr  
Wo Akademie Mont-Cenis  
Anmeldung/  
Information Karin Czwikla  
023 23-355 00

Termine donnerstags, 16.30 Uhr  
Wo Freizeithaus/Gysenberg  
Anmeldung/  
Information Elke König  
023 23-4603 42



[www.tbs-herne.de](http://www.tbs-herne.de)  
[www.facebook.com/turnvereinboernigsodingenherne](http://www.facebook.com/turnvereinboernigsodingenherne)

