AN DIE STÖCKE FERTIG LOS!

Seite 1 Bild 02

Wird unser Wunsch von 2021:

Training wie in "Alten Zeiten"!

in diesem Jahr erfüllt?



Seite 1 Bild 01



Seit 2004 sind wir Nordic-Walker der Ski/Nordic-Walking Sparte des VfB-Fallersleben e.V. mit viel Spaß am Training unterwegs.

Für unsere Sportart wird nichts weiter als
ein Satz Nordic-Walking STÖCKE,
ein paar gute Nordic-Walking SPORTSCHUHE und
ein "LÄCHELN" benötigt.

Seite 2 Bild 01



Seite 2 Bild 02



Seite 2 Bild 03



Seite 2 Bild 04



Seite 2 Bild 05



SPORTLICH UND VIELSEITIG GEMEINSAM AM START!

Seite 3

Seite 3 Bild 01

Seite 3 Bild 02



Seite 3 Bild 03



Seite 3 Bild 05





Seite 4





Seite 4 Bild 02



Seite 4 Bild 03



Seite 5 Bild 01

Auch "Spitzentrainerinnen" geht es manchmal an den Kragen!





WEISSER FRÜHLINGSGENUSS – SPARGELESSEN - 16. Mai

Seite 6

Spargelessen in Sandkamp in der Gaststätte Alter Dorfkrug "Am Kanal" war wieder möglich.

Seite 6 Bild 01



Seite 6 Bild 02



Unsere SIEGERTYPEN - mit den meisten TRAININGSEINHEITEN 2022 – GLÜCKWUNSCH!

Seite 7 Bild 01





Seite 8 Bild 02



Ein echter Hingucker – nicht nur unser Schneemann!

Seite 9 Bild 01



Seite 9 Bild 03





Seite 9 Bild 04



Seite 9 Bild 02

Seite 9 Bild 05



Sommerabschluss am Mörser Stein.

Seite 10 Bild 01



Seite 10 Bild 02



Am "Oberharzer Nordic-Cup" in Bad Grund nahmen unsere Trainer Dagmar und Detlev Bartak teil. Bei herrlichem Wetter ging es auf ausgewiesenen Wegen mit Verpflegungsstationen durch die Wälder von Bad Grund. Besonderes Erlebnis war der "Weltwald" mit der herrlichen Laubfärbung "Indian Summer".

Seite 11 Bild 02





Seite 11 Bild 03





NUTZUNG UNSERES SKIBASAR – nicht nur als KOMINIKATIONSPLATTFORM - 12. November

Seite 12 Bild 01



Unsere Trainerin
Dagmar Bartak
erhält einen
Blumenstrauß für
ihren Einsatz zum
wöchentlichen
Nordic-Walking
Training.

Sportlich und vielseitig unsere geheimen Ziele mit Herz und Verstand zu erreichen!



Seite 13 Bild 01

Lasst uns das kommende

Nordic-Walking Jahr einläuten!



Seite 13 Bild 02

Unsere Nordic-Walking Trainerin Dagmar Bartak, ausgebildet vom DSV (Deutscher Skiverband), achtet auf die optimale Technik, damit wir beim Aufwärmen, Kräftigen und Herz-Kreislauf-Training einen optimalen Trainingseffekt haben.

Wenn auch du mit dabei sein möchtest ...du bist herzlich willkommen!

....DENN ES GIBT NUR ZWEI PERFEKTE TAGE IN DER WOCHE!

MONTAG und MITTWOCH beim Nordic-Walking!



Trainigszeiten: 17:30-19:00 Uhr

Informationen hierzu von Dagmar Bartak Tel.: 0171 – 64 62 802

Seite 13 Bild 03