



# MITMACHEN

## NORDIC WALKING



**Mittwoch, 17.30 - 18.30 Uhr**

(ausgenommen Schulferien)

**Plasselb Dorf**



**ligue fribourgeoise contre le cancer  
krebisliga freiburg**



**les Ligues de santé  
au canton de Fribourg  
die Gesundheitsligen  
des Kantons Freiburg**

## Hintergrund

Nordic Walking wird im Freien und mit Walkingstöcken ausgeübt. Es aktiviert den ganzen Körper, stärkt die Muskulatur und das Herz-Kreislauf-System.

Nordic Walking eignet sich für Menschen mit Krebs; es trägt dazu bei, das Bewegungsvermögen, die Lebensqualität und die körperliche Befindlichkeit zu steigern.



## Treffpunkt

### Plasselb

Bushaltestelle  
Plasselb Dorf

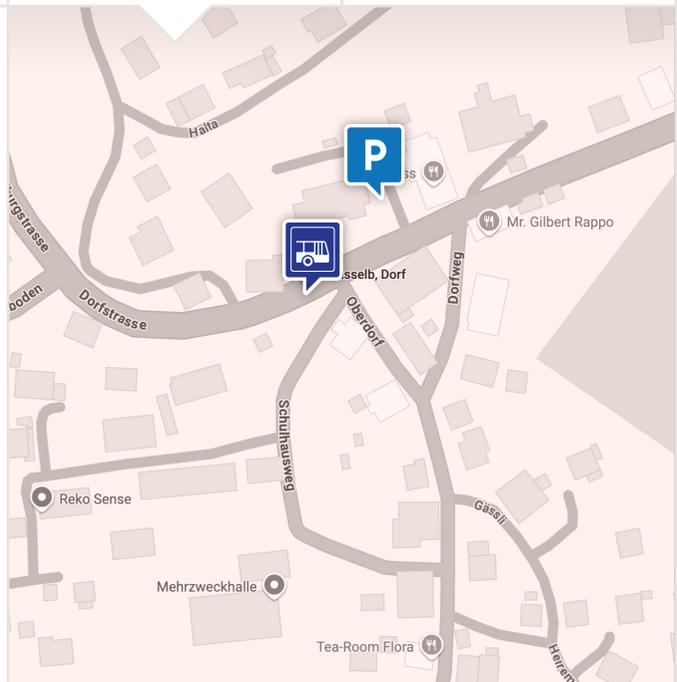


## Kosten

CHF 60.- / Jahr

Für Personen mit AHV/IV  
und für Krebsbetroffene  
gratis

Dieser Kurs wird vom Bundesamt für Sozialversicherungen (BSV) mitfinanziert. Mit Ihrer Anmeldung erklären Sie sich damit einverstanden, dass die Krebsliga Freiburg Ihre persönlichen Daten (Vorname, Name, Geburtsdatum und gegebenenfalls die IV-Massnahme, die Ihnen oder Ihrer Bezugsperson bewilligt wurde) in einem statistischen Register erfasst und an das BSV weiterleitet.



## Fragen?

Susanne Andrey Wanderleiterin

susanne.andrey@bluewin.ch | 079 724 13 32

