



krebsliga aargau

Nordic Walking-Treff

Mit Bewegung zu mehr Wohlfühl und Freude

Gruppenkurs für Krebsbetroffene, jeden Donnerstag von 9 bis 10 Uhr in Aarau.

Regelmässige körperliche Aktivität kann helfen, die Begleitscheinungen einer Krebserkrankung oder -therapie zu lindern und kann somit auch zu neuer Lebensfreude führen. Die körpereigene Abwehr wird günstig beeinflusst und die anhaltende Müdigkeit, genannt Fatigue, kann nachlassen.

In einer kleinen Gruppe und in Begleitung von Fachleuten der Krebsliga Aargau führt die Strecke in individuellem Tempo entlang der Aare.

Daten

Jede Woche donnerstags

Treffpunkt

Krebsliga Aargau

Mitzubringen

Bequeme Schuhe, Getränk, Stöcke (bitte bei der Anmeldung mitteilen, ob vorhanden)

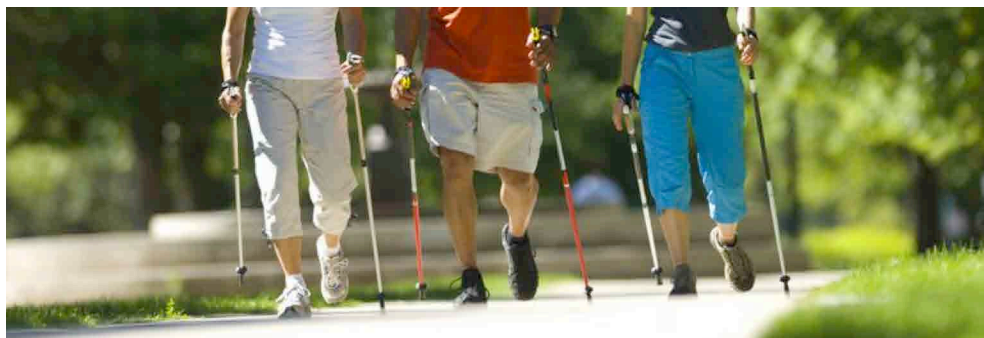
Versicherung

Ist Sache der Teilnehmenden

Kosten

Die Teilnahme ist kostenlos.

Weitere Infos und Lageplan auf der Rückseite.





krebsliga aargau

Nordic Walking-Treff

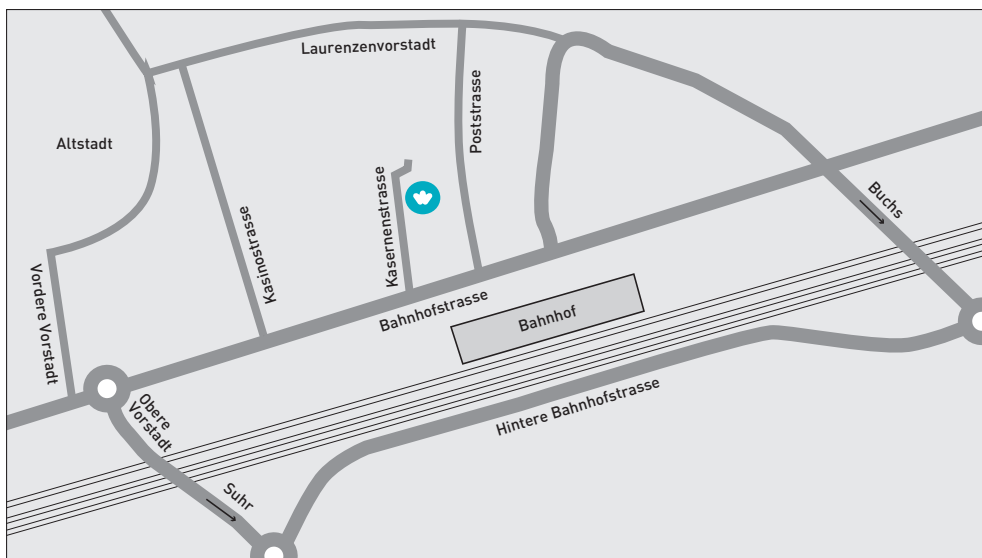
Mit Bewegung zu mehr Wohlfühl und Freude

Informationen und Anmeldung

062 834 75 75

admin@krebsliga-aargau.ch

www.krebsliga-aargau.ch



Krebsliga Aargau · Kasernenstrasse 25 · Postfach · 5001 Aarau
Telefon 062 834 75 75 · admin@krebsliga-aargau.ch
Spendenkonto 50-12121-7, IBAN CH09 0900 0000 5001 2121 7



Spenden mit Twint