

Bewegung an der

frischen Luft –

Für jeden, der sich gerne

bewegt und dabei nett

schnackern möchte



## UNSERE PROJEKTLEITUNG

Herr Karl-Heinz Weise  
Herr Karl-Heinz Conrady

## UNSERE ANSPRECHPARTNERIN

Isabel Bornemann

☎ 02932 201-1402

💻 efa@arnsberg.de

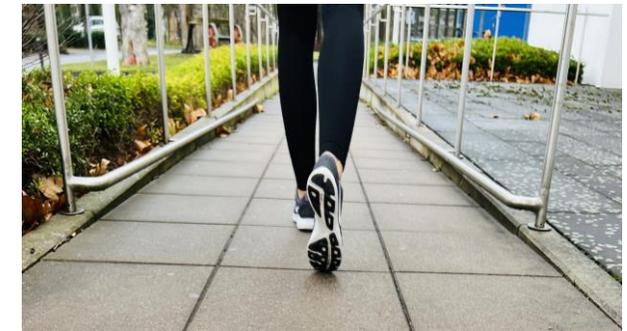
Stadt Arnsberg  
Engagementförderung |  
Bürgerzentren  
Clemens-August-Straße 118  
59821 Arnsberg



# WALKEN

# &

# KLÖNEN



*senior***Trainerin**  
Erfahrungswissen für Initiativen

## Zielgruppe:

Ein Projekt für Frauen und Männer, die sich gerne bewegen, die Natur genießen und sich beim Walken mit anderen austauschen möchten.

Der offene Walking-Treff bietet die Möglichkeit, nicht einfach nur Sport zu treiben, sondern auch nette Menschen in natürlicher Atmosphäre kennen zu lernen, während Sie auf ausgearbeiteten Strecken – gerne auch mit Stöcken – gemeinsam walken.

**Mit einem gemeinsamen Hobby ist der Austausch noch einfacher.**

## Ziel:

- Sie möchten sich **mehr bewegen**?
- Sie möchten **nette Leute** kennenlernen?
- Sie gehen nicht so gerne ins Fitness-Studio?
- Sie möchten sich an der **Natur** erfreuen?
- Sie möchten sich **unterhalten**?
- Sie möchten nach dem 1-stündigen Walkingtreff noch gemeinsam **einkehren** und **klönen**?

Wann: Zeiten werden untereinander abgestimmt

Wo: Treffpunkt wird durch eine WhatsApp-Gruppe bekannt gegeben

Wer: Jeder der sich gerne bewegen möchte, es gibt keine Altersbegrenzung, max. 10 Teilnehmer