

NWU Ausbildungsinstitut  
Berd Schäufle & Jürgen Seckler  
ecfit Gesundheitsmanagement  
Rathenaustraße 10  
D - 67549 Worms  
0 62 41 / 95 44 28

## Teilnahmebestätigung

Nordic Walking Seminar

NWU Technik Refresher

28. August 2009  
in Worms

Hiermit wird

**Angelika Kohn**

die Teilnahme am o.g. Lehrgang bestätigt.

### Inhalte des Lehrgangs:

#### Theorie:

Historie Nordic Walking

Gesundheitsaspekte

Zielgruppen

Trainingsmanagement

Aufbau einer Nordic Walking Einheit

Umsetzung und Organisation

#### Praxis:

Nordic Walking Grundschrift

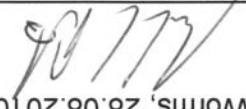
Methodik und Didaktik

Lautvarianten

Mobilisation, Kräftigungs- und Streckübungen

Videoanalyse des Gangbildes

Worms, 28.08.2010



Michael Peitz  
Nordic Walking Bundesausbilder



Die Ausbildung erfolgte  
nach den Richtlinien der  
Nordic Walking Union e.V.