



Erster SeniorInnen Nordic Walking Day

Datum: Montag, 18. September

Beginn: 14:00 Uhr

Ort: Prater Hauptallee, Spenadlwiese

Die Pensionistenklubs der Stadt Wien veranstalten in Kooperation mit dem Sportverein ASKÖ das **erste Nordic Walking Event** für SeniorInnen ab 60 Jahren.

In den Kategorien 60plus, 70plus und 80plus können sich Interessierte bis Anfang August direkt in den Pensionistenklubs der Stadt Wien für den Nordic Walking Lauf anmelden. Streckenlänge: 2,5 Kilometer oder 5 Kilometer. Die Anmeldegebühr beträgt je 5 Euro (Bezahlung bei Anmeldung).

Alle Klubs finden Sie im Internet: www.pensionistenklubs.at/klubs.aspx oder rufen Sie uns an: 01 313 99 170 112

Eröffnet wird das Event um 14:00 Uhr von Stadträtin für Gesundheit, Soziales und Frauen Sandra Frauenbeger, SeniorInnenbeauftragter Susanne Herbek und Geschäftsführerin des Kuratorium Wiener Pensionisten Wohnhäuser Gabriele Graumann. Startschuss ist um 14:30 Uhr.

Die TeilnehmerInnen können ihre Startnummern am Veranstaltungstag von 10:00 bis 13:30 Uhr abholen. In diesen befindet sich auch der Chip für die Zeitmessung.

Ort: Spenadlwiese, ASKÖ Ballsportzentrum, Prater Hauptallee. Dort befinden sich ebenfalls Start und Ziel des Laufs. Stöcke bitte selber mitnehmen.

Garderoben zum Umziehen, Sitzmöglichkeiten und Toiletten sind vorhanden. Die Wiener Gesundheitsförderung ist ebenfalls vor Ort und bietet gratis Blutdruckmessen an. Nach dem Nordic Walking können die TeilnehmerInnen zu günstigen Preisen in der Kantine des ASKÖ essen und trinken.

Nach der Siegerehrung auf der Spenadlwiese gibt es ein gemütliches Ausklingen. Das Event findet bei jedem Wetter statt.

Trainingseinheiten

Wer sich vorher schon Mal warm laufen will, meldet sich einfach im Pensionistenklub Böcklinstr. 43 im 2. Bezirk. Dort finden über den Sommer hinweg regelmäßig kostenlose Einheiten mit einem Nordic Walking Trainer des ASKÖ statt. Dieser geht mit den InteressentInnen die Strecke ab und zeigt Ihnen das Gelände. Informationen: 01 313 99 170 138



Das Wichtigste im Überblick	
Datum	Montag, 18. September
Veranstaltungsort	Prater Hauptallee, Höhe der Spenadlwiese/ Brunswick Bowlinghalle
Begrüßung Stadträtin	14:00 Uhr
Startschuss	14:30 Uhr
Startnummern-Ausgabe	10:00 Uhr bis 13:30 Uhr am Veranstaltungstag, am Veranstaltungsort
Anmeldung	Persönlich in einem der Pensionistenklubs der Stadt Wien oder telefonisch 01/313 99-170112
Anmeldefrist	Ab Juni bis Ende August 2017
Kategorien	60plus, 70plus und 80plus
Streckenlänge	2,5 km oder 5 km
Anmeldegebühr	5 Euro (egal welche Strecke)
TeilnehmerInnen	Bis zu 500 SeniorInnen
Anfahrt	Mit dem PKW: Parkmöglichkeit in der Rustenschacherallee (Höhe Rotundenallee) Mit den Öffis: Straßenbahnlinie 1 Rotundenallee (Gehzeit ca. 2 Minuten).

Alle Infos

Pensionistenklubs der Stadt Wien

Tel.: 01/313 99-170112

www.pensionistenklubs.com

www.facebook.com/HaeuserZumLeben