

# Nordic-Walking - Bewegtes Wochenende im Beethovenpark

Kursnummer 26X241420

---

Beginn Samstag, 13.06.2026, 10:30 - 13:30 Uhr

---

Dauer 2 Termin(e)

---

Ort Spielplatz Beethovenpark Nord, Neuenhöfer Allee 41, 50939 Köln

---

Dozent Michaela Nagel

---

Kursentgelt 40,00 €

---

Nordic Walking ist ein ideales Ganzkörpertraining, verbessert die Herz-Kreislauf-Leistung, trainiert die Ausdauer und entlastet den Bewegungsapparat. Die Arme werden aktiv mitbewegt und Schultern und Nacken entlastet. In diesem Kompaktkurs wird eine gute Grundlage für das selbständige Nordic Walking gelegt. Bitte Nordic Walking -Stöcke (keine Wanderstöcke!) mitbringen.

## Kurstermine

### Datum Uhrzeit Ort

---

13.06.2026 10:30 - 13:30 Uhr Spielplatz Beethovenpark Nord, Neuenhöfer Allee 41, 50939 Köln

---

14.06.2026 10:30 - 13:30 Uhr Spielplatz Beethovenpark Nord, Neuenhöfer Allee 41, 50939 Köln

---

[zur Kursdetail-Seite](#)