

# Nordic Walking Gruppenkurs

2026



krebsliga schaffhausen

# Einführung ins Nordic Walking

In einer kleinen Gruppe werden Sie von Corinne Heer ins Nordic Walking eingeführt. Durch die regelmässige körperliche Aktivität können Begleiterscheinungen einer Erkrankung oder Therapie gelindert werden. Die körpereigene Abwehr wird günstig beeinflusst und die anhaltende Müdigkeit kann nachlassen.

## Daten im Frühling 2026

Jeweils am Donnerstag ab 18.00 Uhr.

**09. April      16. April      23. April      30. April      07. Mai**

## Leitung, Gebühr & Dauer

Die Miete der Nordic Walking Stöcke ist in der Kursgebühr inklusive.  
Bitte mitbringen - Laufschuhe & Sportbekleidung

**Corinne Heer**

**CHF 60.00**

**je 90 Minuten**

dipl. Ergotherapeutin &  
Medical Nordic Walking  
Instruktörin

Kurskosten 5 Abende

## Treffpunkt

Stadtgärtnerei SH, Rheinhardstrasse 6, 8200 Schaffhausen (Quartier Niklausen)



## Anmeldung

info@krebsliga-sh.ch, +41 52 741 45 45, [www.krebsliga-sh.ch](http://www.krebsliga-sh.ch)

Unsere Kurse werden vom Bundesamt für Sozialversicherungen (BSV) mitfinanziert. Mit der Anmeldung willigen Sie ein, dass die Krebsliga Ihre Angaben (Vorname, Nachname, Geburtsdatum und allenfalls Ihre IV-Verfügung oder jene Ihrer Bezugsperson) in einer Statistik erfasst und dem BSV im Fall einer Überprüfung bekannt gibt. Für unseren Umgang mit Personendaten siehe [krebsliga.ch/datenschutz](http://krebsliga.ch/datenschutz).