

Lauf- & Walkingarena: Nordic Walking Kalender 2020



Finnenbahn im REDUCE Kurpark, 500 m: für gelenksschonendes Laufen/Walken

Durch ihren speziellen waldbodenähnlichen Aufbau ermöglicht die Finnenbahn ein gelenksschonendes Laufen oder Gehen – eine Wohltat für den Bewegungsapparat und die Gelenke.

Kunstrasenbahn in der Josef-Hölzel-Allee, 309 m: für regeneratives Laufen/Walken

Ganzjährig laufen auf einem grünen Teppich. Der Benutzer hat das Gefühl auf einem Naturrasen zu laufen. Egal, ob barfuß oder mit Schuhen gelaufen wird, nehmen Sie die gelenksschonende Eigenschaft dieser Bahn aufmerksam wahr.

Barfußparcours in der Elisabeth-Allee, 240 m: verschiedene Beläge zum Tasten, Spüren und Aktivieren der Fußreflexzonen

Barfuß gehen auf dieser Bahn stärkt die Fußmuskulatur und auch die Wahrnehmung. Sand, Finnboden, Naturrasen, Granulat, Kunstrasen, feiner Kies und Schotter wechseln einander ab.

Bad Tatzmannsdorf, Bernstein,
Mariasdorf, Oberschützen,
Oberwart, Stadtschlaining

233 km Wander-
und Walkingwege
138 km Laufwege,
Spezialbahnen



slow down
and relax

Kalender 2020

Saison-Start

19. April Bad Tatzmannsdorf 14.00 Uhr
Opening Nordic Walking/Anradeln/E-Biken

Vollmondwalks

Do. 7. Mai	Aschau (Gemeinde Oberschützen)	19.00 Uhr
Fr. 5. Juni	Grodnav (Gemeinde Mariasdorf)	20.00 Uhr
So. 5. Juli	Oberwart	20.00 Uhr
Mo. 3. Aug.	Stuben	19.00 Uhr
Mi. 2. Sept.	Drumling (Gemeinde Stadtschlaining)	18.00 Uhr
Do. 1. Okt.	Bernstein	18.00 Uhr
Sa. 31. Okt.	Bad Tatzmannsdorf	18.00 Uhr

Sonstige Walks

Fr. 21. Aug.	Grafenschachen Abendwalk	18.30 Uhr
So. 13. Sept.	Bad Tatzmannsdorf Zonta Charity Walk	14.00 Uhr
So. 13. Dez.	Bernstein Winterwaldwanderung	14.00 Uhr
Do. 31. Dez.	Bernstein Silvesterwanderung	14.00 Uhr

Wandertage

Fr. 1. Mai	Redlschlag	9.00 Uhr
Fr. 1. Mai	Goberling	9.30 Uhr
Mo. 26. Okt.	Bernstein	9.00 Uhr
Mo. 26. Okt.	Bad Tatzmannsdorf	9.00 Uhr
Mo. 26. Okt.	Drumling	9.30 Uhr
Mo. 26. Okt.	Oberschützen	9.00 Uhr

Lauf- & Walkingarena,
Joseph Haydn-Platz 3
7431 Bad Tatzmannsdorf
Tel: 03353/7015, Fax DW 14
info@laufarena.at
www.laufarena.at

LAUF- & WALKING ARENA

