

## Stand-up Paddling Einsteigerkurs (Vorherige Anmeldung erforderlich!)



**Samstag, 22. Juni, 11:00 Uhr, Treffpunkt: Kneipp-Anlage im Kurpark**

Neben der physischen & mentalen Entspannung trainiert man beim SUP den kompletten Körper, speziell die Rumpf- und Tiefenmuskulatur, Gleichgewicht, Beweglichkeit und die Motorik.

Der Kurs ist perfekt für Alle, die diese Sportart einmal ausprobieren und reinschnuppern möchten. Die Teilnehmer sollten schwimmen können.

Mitzubringen sind bequeme Kleidung (z.B. Laufhose, Laufshirt oder Badehose) die im Fall der Fälle schnell trocknen und ein Handtuch. Schwimmweste wird gestellt.

**Beginn:**

Samstag, 22. Juni 2024, 11:00 Uhr

**Ende:**

Samstag, 22. Juni 2024, 12:30 Uhr

**Veranstaltungsort:**

Dahlenburger Straße 1  
29549 Bad Bevensen  
Deutschland

**Website & Anmeldung:**

<https://www.bad-bevensen.de/veranstaltungskalender/#/whl-kalender/e-stand-up-paddling-einsteigerkurs-1?eventDateId=21310088&widgetToken=oM18BRmrzZg.&>