

# smoveyWANDERUNG

“Hatsch ma tratsch ma” → nach Krumbach

Privatveranstaltung-Selbstverantwortung



**Der Spaß und das Miteinander steht im Vordergrund!**

Erfrischend-humorig geführter smoveyWALK auf verschiedenen leicht begehbaren Routen! Sie sollten trotzdem gut bei Fuß sein!

Herzlich willkommen auch *mit* oder *ohne* Ihren NW-Stöcken!

## (Unterwegs-)Ziele / Labestellen

Z.B. Museumsdorf, Alpaka-Hof, Schwarzbräu (inkl. Degustation), Hufeisenkunst auf 900 m Seehöhe, „Platz der Stille“, Mostbuschenschenke . . .

**Info über tagesaktuelle Tour je nach Wetterlage, gerne bei Anmeldung (Tel.)!**

## smoveyÜBUNGEN

Unterwegs gibt es einige kurze Stops, wo wir verschiedene Bewegungsabläufe und die Vielfalt von smoveyÜBUNGEN mit viel Spaß und Leichtigkeit genießen!



Natürliche, erfrischende Bewegung  
→ kräftigen, mobilisieren, dehnen,  
entlasten, entspannen . . .  
für ein gesundes und vitales Leben!



. . . du bist einfach gut drauf!!!

**Wann:** Jeden Samstag, 13:30 Uhr (ca. 1,5 - 2,5 Std.) -> **START: 13.04.2024**

**Treffpunkt:** Friedrichsplatz (beim Bauernmarkt), Bad Schönau

**Leih-smovey`s** vorhanden!

**Energieausgleich:** € 10,--

Bitte lockere, bequeme Kleidung  
und Freizeit-/Wander- oder Sportschuhe  
Eventuell Rucksack / Wasserflasche mitnehmen!

**Anmeldung:** Gerhard Wallner; +43(0)660 35 92 484  
(smoveyMASTER-Instructor, Dipl. Lebensberater (in Pension))



Wolfgang & Gerhard freuen sich auf DICH!

**smovey**<sup>®</sup>  
health in your hands