

Das Sommer-Fitnessprogramm für Jedermann

seit 20 Jahren

Bewegende Momente im Appenzellerland erleben

www.skiclub-heiden.ch



SWISSski

jeden Donnerstag



Nordic Walking

Treff in Heiden

Turnhalle Asylstrasse, Heiden

18.30 Uhr bis 20.00 Uhr

vom 23. April bis 01. Oktober 2026

(ausserhalb Schulferien)

Fr. 5.- pro Treff / Mitglieder gratis

Schnupperlektionen mit Kurzinstruktion