

"GESUNDHEIT IST ZWÄR NICHT ALLES, ABER
OHNE GESUNDHEIT IST ALLES NICHTS."

ARTHUR SCHOPENHAUER

Sport- und Freizeitclub



Barmbek e. V.

Gesundheitssport in geselliger Runde

Wir bieten abwechslungsreichen Gesundheitssport für **Damen** und **Herren** sowie **Eltern + Kind**



FIT AB 50

Dienstag: 15:00 bis 16:00 Uhr

Turnhalle Brucknerstr. 17
(Zugang über den Schulhof)



FIT AB 50

Mittwoch: 16:00 bis 17:00 Uhr

Turnhalle Brucknerstr. 17
(Zugang über den Schulhof)



RÜCKENTRAINING & ALLGEMEINE FITNESS

Donnerstag: 17:30 bis 18:30

Turnhalle Meerweinstr. 26



WASSERGYMNASTIK

WASSERTEMPERATUR: 28°C

Freitag: 15:40 bis 16:25

Hallenbad Ohlsdorf
Im Grünen Grunde



NORDIC WALKING

FORTLAUFENDE KURSE

Samstag: 10:00 bis 11:00

Stadtpark: vor Eingang Naturbad
Kursgebühr: 24 € für 4-mal



ELTERN-KIND-TURNEN

Kinder 2 bis 4 J

Dienstag, Mittwoch & Donnerstag:

16:00 bis 17:00 Uhr

(Warteliste, bitte anrufen!)

Monatsbeitrag berechtigt zur Teilnahme an allen Angeboten (außer Nordic Walking): 16 €
Aufnahmegerühr 15 €

Weitere Infos bei Lorenz Nickels:

Tel.: 040 - 293567

lorenz.nickels@freenet.de

