

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

ARTHUR SCHOPENHAUER



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

WASSEITEMPERATUR: 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 €
Aufnahmegebühr 15 €

Weitere Infos bei Lorenz Nickels:

Tel.: 040 - 293567

lorenz.nickels@freenet.de

