

Inklusiver Gesundheitssport - Kurse für Erwachsene ...



... in der Sport- und Gymnastikhalle

Programm	Kursnummer	Kurs	Übungsleiter*in	Wochentag	Uhrzeit	Zeitraum	Anzahl	Halle	Kosten
Seite 6	P20-II-557	Step Aerobic	Eva Thome	Montag	19:00 - 20:00 Uhr	Beginn 29.06.2020	12	Gym.	Kosten 65,- € / DJK Mitglieder 49,- €
Seite 7	P20-II-501	Wirbelsäulengym.	Irena Wohler	Montag	09:45 - 10:45 Uhr	Beginn 29.06.2020	12	Gym.	Kosten 65,- € / DJK Mitglieder 49,- €
Seite 7	P20-II-502	Wirbelsäulengym.	Irena Wohler	Dienstag	18:30 - 19:30 Uhr	Beginn 30.06.2020	12	Gym.	Kosten 65,- € / DJK Mitglieder 49,- €
Seite 8	P20-II-524	Bauch Beine Po.....	Eva Thome	Donnerstag	18:00 - 19:00 Uhr	Beginn 02.07.2020	12	Gym.	Kosten 65,- € / DJK Mitglieder 49,- €
Seite 8	P20-II-522	Fitness-Mix	Irena Wohler	Dienstag	17:15 - 18:15 Uhr	Beginn 30.06.2020	12	Gym.	Kosten 65,- € / DJK Mitglieder 49,- €
Seite 9	P20-II-565	Fitness-Mix	Helga Driesen Peters	Montag	11.15 - 12.15 Uhr	Beginn 29.06.2020	12	Sporth.	Kosten 65,- € / DJK Mitglieder 49,- €
Seite 9	P20-II-556	Zumba	Morochnik / Solomonova	Montag	17:30 - 18:30 Uhr	Beginn 17.08.2020	12	Gym.	Kosten 69,- € / DJK Mitglieder 52,- €
Seite 9	P20-II-559	Zumba	Morochnik / Solomonova	Mittwoch	18:30 - 19:30 Uhr	Beginn 12.08.2020	12	Gym.	Kosten 69,- € / DJK Mitglieder 52,- €
Seite 10	P20-II-521	Fit an 70	Irena Wohler	Montag	08:30 - 09:30 Uhr	Beginn 29.06.2020	12	Gym.	Kosten 65,- € / DJK Mitglieder 49,- €
Seite 11	P20-II-560	Pilates & More	Helga Driesen Peters	Montag	10:00 - 11:00 Uhr	Beginn 29.06.2020	12	Sporth.	Kosten 65,- € / DJK Mitglieder 49,- €
Seite 11	P20-II-558	Qigong	Klaus Opfermann	Donnerstag	19:30 - 21:00 Uhr	Beginn 02.07.2020	12	Gym.	Kosten 97,- € / DJK Mitglieder 73,- €
Seite 12	P20-II-711	Yoga für Anf.	Andrea-Christine Fuchs	Donnerstag	18:45 - 20:15 Uhr	Beginn 18.06.2020	12	Bew.	Kosten 97,- € / DJK Mitglieder 73,- €
Seite 12	P20-II-712	Yoga für Geü.	Andrea-Christine Fuchs	Donnerstag	17:00 - 18:30 Uhr	Beginn 18.06.2020	12	Bew.	Kosten 97,- € / DJK Mitglieder 73,- €

... im Schwimmbad

Seite 13	P20-II-201	Aquafitness	Silvia Lohkamp	Montag	08:00 - 08:30 Uhr	Beginn 06.07.2020	12	Schwim	Kosten: 96,- € / DJK Mitglieder 72,- €
Seite 13	P20-II-217	Aquafitness	Silvia Lohkamp	Montag	09:00 - 09:30 Uhr	Beginn 06.07.2020	12	Schwim	Kosten: 96,- € / DJK Mitglieder 72,- €
Seite 13	P20-II-202	Aquafitness	Svenja Gayk	Montag	12:30 - 13:00 Uhr	Beginn 06.07.2020	12	Schwim	Kosten: 96,- € / DJK Mitglieder 72,- €
Seite 13	P20-II-203	Aquafitness	Silvia Lohkamp	Montag	14:30 - 15:00 Uhr	Beginn 06.07.2020	12	Schwim	Kosten: 96,- € / DJK Mitglieder 72,- €
Seite 13	P20-II-209	Aquafitness	Silvia Lohkamp	Montag	15:30 - 16:00 Uhr	Beginn 06.07.2020	12	Schwim	Kosten: 96,- € / DJK Mitglieder 72,- €
Seite 14	P20-II-210	Aquafitness	Silvia Lohkamp	Montag	16:30 - 17:00 Uhr	Beginn 06.07.2020	12	Schwim	Kosten: 96,- € / DJK Mitglieder 72,- €
Seite 14	P20-II-211	Aquafitness	Irena Wohler	Montag	17:30 - 18:00 Uhr	Beginn 06.07.2020	12	Schwim	Kosten: 96,- € / DJK Mitglieder 72,- €
Seite 14	P20-II-212	Aquafitness	Silvia Lohkamp	Dienstag	08:00 - 08:30 Uhr	Beginn 07.07.2020	12	Schwim	Kosten: 96,- € / DJK Mitglieder 72,- €
Seite 14	P20-II-204	Aquafitness	Silvia Lohkamp	Mittwoch	08:00 - 08:30 Uhr	Beginn 08.07.2020	12	Schwim	Kosten: 96,- € / DJK Mitglieder 72,- €
Seite 14	P20-II-213	Aquafitness	Svenja Gayk	Mittwoch	19:30 - 20:00 Uhr	Beginn 08.07.2020	12	Schwim	Kosten: 96,- € / DJK Mitglieder 72,- €
Seite 14	P20-II-221	Aquafitness	Svenja Gayk	Mittwoch	20:30 - 21:00 Uhr	Beginn 08.07.2020	12	Schwim	Kosten: 96,- € / DJK Mitglieder 72,- €
Seite 14	P20-II-220	Aquafitness	??????	Donnerstag	09:30 - 10:00 Uhr	Beginn 09.07.2020	12	Schwim	Kosten: 96,- € / DJK Mitglieder 72,- €
Seite 15	P20-II-206	Aquafitness	??????	Donnerstag	10:30 - 11:00 Uhr	Beginn 09.07.2020	12	Schwim	Kosten: 96,- € / DJK Mitglieder 72,- €
Seite 15	P20-II-207	Aquafitness	Svenja Gayk	Donnerstag	19:30 - 20:00 Uhr	Beginn 09.07.2020	12	Schwim	Kosten: 96,- € / DJK Mitglieder 72,- €
Seite 15	P20-II-214	Aquafitness	Svenja Gayk	Donnerstag	20:30 - 21:00 Uhr	Beginn 09.07.2020	12	Schwim	Kosten: 96,- € / DJK Mitglieder 72,- €
Seite 15	P20-II-215	Aquafitness	Irena Wohler	Freitag	08:30 - 09:00 Uhr	Beginn 10.07.2020	12	Schwim	Kosten: 96,- € / DJK Mitglieder 72,- €
Seite 15	P20-II-208	Aquafitness	Irena Wohler	Freitag	09:30 - 10:00 Uhr	Beginn 10.07.2020	12	Schwim	Kosten: 96,- € / DJK Mitglieder 72,- €
Seite 15	P20-II-216	Aquafitness	Irena Wohler	Freitag	10:30 - 11:00 Uhr	Beginn 10.07.2020	12	Schwim	Kosten: 96,- € / DJK Mitglieder 72,- €
Seite 15	P20-II-218	Aquafitness	Irena Wohler	Freitag	12:00 - 12:30 Uhr	Beginn 10.07.2020	12	Schwim	Kosten: 96,- € / DJK Mitglieder 72,- €
Seite 15	P20-II-219	Aquafitness	Irena Wohler	Freitag	13:00 - 13:30 Uhr	Beginn 10.07.2020	12	Schwim	Kosten: 96,- € / DJK Mitglieder 72,- €
Seite 16	P20-II-231	Aquafitness	Franz Bochynski	Freitag	16:00 - 16:30 Uhr	Beginn 10.07.2020	12	Schwim	Kosten: 96,- € / DJK Mitglieder 72,- €
Seite 16	P20-II-232	Aquafitness	Franz Bochynski	Freitag	17:00 - 17:30 Uhr	Beginn 10.07.2020	12	Schwim	Kosten: 96,- € / DJK Mitglieder 72,- €
Seite 16	P20-II-233	Anfängerschwimmen	Franz Bochynski	Montag	19:30 - 20:00 Uhr	Beginn 06.07.2020	12	Schwim	Kosten: ??,- € / DJK Mitglieder ??,- €

Inklusiver Gesundheitssport - Kurse für Kinder

Programm	Kursnummer	Kurs	Übungsleiter*in	Wochentag	Uhrzeit	Zeitraum	Anzahl	Halle	Bemerkung
Seite 17	P20-II-258	Babyschwimmen	Waap / Strauss	Donnerstag	11:30 - 12:00 Uhr	10.08. - 05.10.2020	9	Schw	Kosten 90,- € / DJK Mitglieder 68,- €
Seite 17	P20-II-257	Wassergewöhnung	Waap / Bochynski	Dienstag	14:30 - 15:00 Uhr	11.08. - 06.10.2020	9	Schw	Kosten 90,- € / DJK Mitglieder 68,- €
Seite 18	P20-II-251	Anfängerschwimmen	Waap / Bochynski	Dienstag	15:30 - 16:00 Uhr	11.08. - 06.10.2020	9	Schw	Kosten 90,- € / DJK Mitglieder 68,- €
Seite 18	P20-II-255	Anfängerschwimmen	Frink / Bochynski	Mittwoch	15:30 - 16:00 Uhr	12.08. - 07.10.2020	9	Schw	Kosten 90,- € / DJK Mitglieder 68,- €
Seite 18	P20-II-252	Anfängerschwimmen	Frink / Bochynski	Donnerstag	15:30 - 16:00 Uhr	13.08. - 08.10.2020	9	Schw	Kosten 90,- € / DJK Mitglieder 68,- €
Seite 19	P20-II-253	Schwimmen Fortg.	Waap / Bochynski	Dienstag	16:30 - 17:00 Uhr	11.08. - 06.10.2020	9	Schw	Kosten 90,- € / DJK Mitglieder 68,- €
Seite 19	P20-II-255	Schwimmen Fortg.	Frink / Bochynski	Mittwoch	16:30 - 17:00 Uhr	12.08. - 07.10.2020	9	Schw	Kosten 90,- € / DJK Mitglieder 68,- €
Seite 19	P20-II-252	Schwimmen Fortg.	Frink / Bochynski	Donnerstag	16:30 - 17:00 Uhr	13.08. - 08.10.2020	9	Schw	Kosten 90,- € / DJK Mitglieder 68,- €
Seite 20	P20-II-601	Teddybärs Beweg.	Müller-Albrecht	Montag	16:30-17:15 Uhr	Beginn 07.09.2020	12	Halle	Kosten 75,- € / DJK Mitglieder 57,- €
Seite 20	P20-II-602	Teddybärs Beweg.	Müller-Albrecht	Montag	17:30-18:15 Uhr	Beginn 07.09.2020	12	Halle	Kosten 75,- € / DJK Mitglieder 57,- €