

ANGEBOT



im Sport- und Gymnastikraum des SC Grün-Weiß Holtheim e.V.

Kursangebote ab Januar 2024:

SPORT DER ÄLTEREN ab 60 Jahre

dienstags 10:00-11:00 Uhr

10 Einheiten à 60 Min.

Preis 25€ (40€ für Nichtmitglieder)

Kursbeginn 09.01.2024 | Übungsleiterin Bernardine Wibbeke

RÜCKENGYMNASTIK vormittags

dienstags 08:00-09:00 Uhr

10 Einheiten à 60 Min.

Preis 25€ (40€ für Nichtmitglieder)

Kursbeginn 09.01.2024 | Übungsleiterin Naomi Knaup

RÜCKENGYMNASTIK nachmittags

freitags 17:00-18:00 Uhr

10 Einheiten à 60 Min.

Preis 25€ (40€ für Nichtmitglieder)

Kursbeginn 12.01.2024 | Übungsleiterin Naomi Knaup

YOGA

donnerstags 19:30-21:00 Uhr

10 Einheiten à 90 Min.

Preis 37,50€ (60€ für Nichtmitglieder)

Kursbeginn 15.02.2024 | Übungsleiterin Kimberly Knaup

STEP AEROBIC + GANZKÖRPERTRAINING

mittwochs 19:30-20:30 Uhr

6 Einheiten à 60 Min.

Preis 15€ (24€ für Nichtmitglieder)

Kursbeginn 14.02.2024 | Übungsleiterin Pia Wittlage

Für alle Kursangebote gilt:

- Anmeldungen schriftlich bei Karl-Heinz Ickert – Eggestr. 52 – 33165 Holtheim (Anmeldeformular auf www.scgwholtheim.de)
- Bezahlung in bar bei Anmeldung
- Aktuelle Kursteilnehmer haben ein Voranmelderecht
- VERBINDLICHE Anmeldung, Rückerstattung nicht möglich

