

ANGEBOT



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

Kursangebote ab Januar 2025:

SPORT DER ÄLTEREN ab 60 Jahre

dienstags 10:00-11:00 Uhr

12 Einheiten à 60 Min.

Preis 30€ (48€ für Nichtmitglieder)

Kursbeginn 07.01.2025 | Übungsleiterin Bernardine Wibbeke

RÜCKENGYMNASTIK vormittags

dienstags 09:00-10:00 Uhr

12 Einheiten à 60 Min.

Preis 30€ (48€ für Nichtmitglieder)

Kursbeginn 07.01.2025 | Übungsleiterin Bernardine Wibbeke

RÜCKENGYMNASTIK nachmittags

freitags 17:30-18:30 Uhr

12 Einheiten à 60 Min.

Preis 30€ (48€ für Nichtmitglieder)

Kursbeginn 10.01.2025 | Übungsleiterin Bernardine Wibbeke

STEP AEROBIC + GANZKÖRPERTRAINING

mittwochs 19:30-20:30 Uhr

10 Einheiten à 60 Min.

Preis 25€ (40€ für Nichtmitglieder)

Kursbeginn 08.01.2025 | Übungsleiterin Pia Wittlage

YOGA

donnerstags 19:30-20:30 Uhr

10 Einheiten à 60 Min.

Preis 25€ (40€ für Nichtmitglieder)

Kursbeginn 16.01.2025 | Übungsleiterin Kimberly Knaup

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

