

SPORT & GESUNDHEIT

Gymnastik

Kurszeiten:

Montag	**60 plus (1)**	8:30–9:30	Albrecht P., Domizilhalle
	60 plus (2)	9:30–10:30	Albrecht P., Domizilhalle
	70 plus (*)	10:30–11:30	Anne K./Lydia S., Domizilhalle
Dienstag	**„AuF leben „AKTIV und FIT älter werden“** (*)		
		17:00-18:00	Daniela K., KiTa Kinderreich Igelsdorf
		18:00-19:00	Daniela K., KiTa Kinderreich Igelsdorf
	Power Gym (**)	20:00-21:00	Dorothee Platz, Domizilhalle
Mittwoch	**Stuhlgymnastik und Gedächtnistraining (*)**		
		9:30 – 10:30	Erika Schmidt
		10:40-11:40	Almut Vöske, evang. Gemeindehaus, Bdf
	Fit über 50	10:45-11:45	Christiane Schmitz, Domizilhalle
Freitag	**Mobility&Stretch**	9:45-10:45	Christiane Schmitz, Kursraum

(*) – auch mit 10er Karte „AuFLeben“

(**) – auch mit 10er Karte Kurse

Christiane Schmitz

E-Mail: gymnastik@baiersdorfersv.de

Erika Schmidt Tel.: 09133/6058655
Stuhlgymnastik im ev. Gemeindehaus