

Winter 2019

BC 23 Meerhof Sportangebote

Farben kennzeichnen die jeweiligen Übungsleiter!

Wiederbeginn

am **Montag**

14.01. **Fit in den Tag** 8:00 - 8:45

7.01. **Rennmäuse** 15:00 Eltern + Kindturnen

Sportkids 16:00 Die Grossen / Vorschulalter

Leichtathletik / Breitensport

17:00 Die Grundschüler

18:00 Die Älteren

Dienstag

15.01. **FaszienYoga** 19:45 - 21:00

Kursformat 6x 25 € Vereinsmitglieder

40 € Nichtmitglieder

Mittwoch

9.01. **BodyFit** 20:00 - 21:00

Donnerstag

17.01. **Fit in den Tag** 8:15 - 9:00

- **Fit + Aktiv** 9:00 - 9:45

- **Fit + Stuhl** 10:00 - 10:45

- beides Kurse 8x 20 €

für Vereinsmitglieder kostenlos

Alle Angebote finden in der Turnhalle Meerhof statt.

Wer an einem Kursangebote teilnehmen möchte

kommt einfach zum 1. Kurstag.

Nähere Infos geben die entsprechenden Übungsleiter/in gerne.

Wir freuen uns auf Alle die sich mit uns bewegen möchten!

Die Übungsleiter des BC 23 Meerhof

Heike Otto 4/1075 heikeausmeerhof@gmail.com

Tanja Thielemann 4/1723 k-thielemann@t-online.de

Ludger Kriener 4/908347 ludger_kriener@t-online.de

Veronika Geise 0170/5527298