

Aktuelles Kursangebot Freizeit- und Breitensport				
Altersgruppe	Sportpark Rahrbachtal	Turnhalle Grundschule W. E.	Kursbeschreibung	Übungsleiter
Frauen- und Erwachsenen - Turnen				
Männer u. Frauen gemischt - alle Altersstufen	nach Absprache	dienstags 8.30 bis 9.30 Uhr	Gesundheits- und Wirbelsäulen- gymnastik	Karla Ewers Tel.: 02764-7170
Männer u. Frauen gemischt - alle Altersstufen	nach Absprache	dienstags 9.30 bis 10.30 Uhr	Gesundheits- und Wirbelsäulen- gymnastik	Karla Ewers Tel.: 02764-7170
Männer u. Frauen gemischt - alle Altersstufen	nach Absprache	mittwochs 8.30 bis 9.30 Uhr	Gesundheits- und Wirbelsäulen- gymnastik	Karla Ewers Tel.: 02764-7170
Männer u. Frauen gemischt - alle Altersstufen	nach Absprache	donnerstags 18.00 bis 19.00 Uhr	Gesundheits- und Wirbelsäulen- gymnastik	Karla Ewers Tel.: 02764-7170
Frauen ab 18 Jahre	nach Absprache	donnerstags 19.30 bis 21.00 Uhr (im Winter geändert)	- Sport für Frauen- Bewegung mal anders	Marianne Weiskirch Tel.: 02764-7516
Hinweise:	Bei allen Kursen Gesundheits- und Wirbelsäulengymnastik ist eine Bezuschussung durch die Krankenkasse möglich !!!			
	Der Kurs Gesundheits- und Wirbelsäulengymnastik am Mittwoch um 8.30 Uhr findet im Evangelischen Gemeindezentrum statt.			
Kinder - Turnen				
Kinder ab 1,5 Jahre mit Eltern	nach Absprache	freitags 15.30 bis 17.00 Uhr	Eltern - Kind - Turnen	Marianne Weiskirch Tel.: 02764-7516
Kinder 9 - 12 Jahre	nach Absprache	mittwochs 15.00 - 16.00 Uhr	Bewegung macht Spaß	Sonja Müller Tel.: 02764-7725
Kinder im Kindergartenalter	nach Absprache	dienstags 14.30 bis 15.30 Uhr	Bewegung und Abenteuer für Kinder	Marianne Weiskirch Tel.: 02764-7516
Freizeit-Fußball				
Jugendliche ab 16 Jahre + Erwachsene	nach Absprache	mittwochs 20.30 - 22.00 Uhr		Florian Schleime Tel.: 02764-7164
Badminton				
Männer + Frauen gemischt	nach Absprache	mittwochs 19.00 - 20.30 Uhr		Petra Böhm-Fick Tel.: 02764-261987
Nordic Walking				
Männer + Frauen gemischt	nach Absprache	donnerstags ab 18.00 Uhr	NEU ! NEU ! NEU ! ab 30. August	Petra Weschollek Tel.: 02723-919525
Hinweise:	Bei dem Kurs Nordic Walking ist die Bezuschussung durch die Krankenkasse möglich			
	Treffpunkt ist der "Untere Parkplatz des Josef-Gockeln-Hauses" .			