

Sanfte Fitness-Gymnastik

Veranstaltungsort: Thomas-Mann-Str. 14,

Sporthalle S1 Thomas-Mann-Schule

Leitung: Sandra J. Brütt

Preise: 60,00 € Mitglieder / 75,00 €

Nichtmitglieder / Halbjahr

Termine: Mi. RG 03/01 18.00 - 18.45 Uhr

Mi. RG 03/02 18.45 - 19.30 Uhr

Hatha-Yoga sanft

weiterführende Kurse, auch Neueinsteiger sind willkommen:

Veranstaltungsort:

Kindergarten Tingelfing, Weidenweg 4

Preise: 10,00 € Mitgl. / 12,00 € Nichtmitgl. / 90 min.

140,00 € / 9 x 75 min. Präventionskurs

Leitung: Kira Milczewski, www.happymindyoga.de

Termine: Mo. YG 01/01 16.30 - 18.00 Uhr

Präv.kurs

Mi. YG 01/03 16:30 – 17:45 Uhr Präv.kurs

Mi. YG 01/04 18:00 – 19:15 Uhr Präv.kurs

Leitung: Rabea Klatt,

www.diegesundheitspraxis.net

Termine: Mo. YG 01/02 18.30 - 20.00 Uhr

Di. YG 02/02 19.00 - 20.30 Uhr als online-Kurs

Kegeln

Veranstaltungsort: Gemeinschaftshaus Dornbreite

Leitung: E. Steinfadt, Tel: 0451 - 49 16 77

Termine: Mo. 1 x monatl. 16.00 - 18.00 Uhr

Schwimm-Treff

Veranstaltungsort: Schwimmhalle Ziegelstraße, wegen Umbau bis 2024 geschlossen

Wassergymnastik im Telekom-Sportverein

Veranstaltungsort: Kanalstraße 32-36

Anmeldung:

A. Schönemann Tel. 04508 - 77 06 89

H. Lewerenz Tel. 0451 - 48 06 395

R. Muszal Tel. 0176 - 39 11 40 31

W. Riebesehl Tel. 0170 - 402 97 98

C. Schurbaum Tel. 0451 - 39 44 59

Warteliste: A. Szczerban Tel. 0451 - 30 20 134

Preise: 12,60 € Mitglieder / 14,60 €

Nichtmitglieder / 45 min.

Präventionskurse: 145,00 € pro Kurs,

10/12 Einheiten

Termine:

Mittwochs:

WG 01/11 09.00 - 09.45 Uhr R. Muszal Prävention

WG 01/01 09.45 - 10.30 Uhr R. Muszal Prävention

WG 01/02 10.30 - 11.15 Uhr R. Muszal Prävention

Donnerstags:

WG 01/05 12.15 - 13.00 Uhr H. Lewerenz

WG 01/06 13.00 - 13.45 Uhr H. Lewerenz

WG 01/04 17.30 - 18.15 Uhr W. Riebesehl

Prävention

WG 01/03 18.15 - 19.00 Uhr W. Riebesehl

Prävention

WG 01/10 19.45 - 20.30 Uhr A. Schönemann

Freitags:

WG 01/08 12.15 - 13.00 Uhr H. Lewerenz

WG 01/09 13.00 - 13.45 Uhr H. Lewerenz

WG 01/07 17.30 - 18.15 Uhr A. Schönemann

Wochenende:

Sa. WG 01/12 17.00 - 17.45 Uhr C. Schurbaum

So. WG 01/15 10.30 - 12.00 Uhr C. Schurbaum

So. WG 01/14 11.15 - 12.00 Uhr C. Schurbaum

Wassertreten

Gäste sind herzlich willkommen!

Veranstaltungsort: Kücknitz, Böckenrad 53,

Anmeldung: Tel.: 0451 - 30 20 134

Leitung: Alfons Szczerban, Kneipp

Gesundheitstrainer SKA

Termine: Antreten 09.05 /Abtreten Ende 19.09.

Kommen Sie und aktivieren Sie auf gesellige Art und Weise regelmäßig Ihr Immunsystem! Lassen Sie sich die Möglichkeiten und Grenzen der Kneipp-Anwendungen bei Befindlichkeitsstörungen für zu Hause aufzeigen, mit Fußgymnastik sowie Vorstellung neuer Aktivitäten im Verein.

Klönkaffee – Außerhalb der „Wassertretsaison“

im Cafe Steinhäusen am Burgfeld 3
Jeden 2. Dienstag im Monat um 15 Uhr.

Auch Wasserscheue sind willkommen!!!

Termine:

11.03.2023 Jahreshauptversammlung

16.12.2023 Weihnachtsfeier

weitere Termine unter

www.kneipp-verein-luebeck.de

