

SC Eintracht Germerode 1919 e.V.



Übungsstunden Gymnastikabteilung SC Eintracht Germerode



Ob jung, ob alt, ob dick, ob dünn,
ob groß, ob klein
Gesundheit braucht Bewegung - daher
überwinde Deinen inneren Schweinehund
und komm in den Sportverein
Wir haben die passenden Angebote!
SC Eintracht Germerode 1919 e.V.

Sport treiben im Verein
Vital bleiben im Leben



Tag	Uhrzeit	Angebot	Übungsleiter
Montag ab 15.06.20	18:30 – 19:30	Gemischte Gymnastik – Gruppe Übungsstunden auf dem Sportplatz	Iris Schaub
	ab 08.06.20 19:30 – 21:30	G.U.T. Wirbelsäulen- und Fitness - Gymnastik für Seniorinnen – Gesundheitssport Übungsstunden auf dem Sportplatz	Inge Knauer
Dienstag	17:00 - 18:00	Turnen, Bewegung und Tanz Kids 6 - 12 Jahre Wiederbeginn der Übungsstunden nach den Schulferien	Lana Dippel
	18:00 - 19:00	Turnen, Bewegung und Tanz Teenager 12 – 18 Jahre Wiederbeginn der Übungsstunden nach den Schulferien	Celina Stock
	ab 23.06.20 19.30 – 20.30	G.U.T. Wirbelsäulen- und Fitness - Gymnastik für Herren – Gesundheitssport Übungsstunden auf dem Sportplatz	Angelika Nickel
Mittwoch			
Donnerstag	ab 25.06.20 09.00 – 10.30	„Gymnastik am Morgen“ G.U.T. Wirbelsäulen- und Fitness - Gymnastik für Seniorinnen – Gesundheitssportangebot Übungsstunden auf dem Sportplatz	Angelika Nickel
	16.30 – 17.15	Bewegung mit Spiel und Spaß Bambinis 3-6 Jahre Sobald die Kitas wieder geöffnet sind, finden die Übungsstunden wieder statt	Iris Schaub
	ab 25.06.20 18.30 – 19.45	„Sport treiben – vital bleiben“ – speziell für Männer Gesundheitssportangebot für Wirbelsäule, Schulter- Nacken, Koordination, Ausdauer Übungsstunden auf dem Sportplatz	Angelika Nickel
	ab 25.06.20 20.00 – 22.00	„Sport treiben – vital bleiben“ - Gesundheitssportangebot Haltung und Bewegung: Wirbelsäulen- u. Fitnessgymnastik, Sturzprophylaxe, Gleichgewichtsschulung, Aerobic, Step für Frauen Übungsstunden auf dem Sportplatz	Angelika Nickel
Sonntag	09.00 – 10.00	Nordic - Walking für Jedermann/-frau	Friederike Akbary

Sport treiben im Verein – fit bleiben im Leben

Wir, die Übungsleiterinnen, freuen uns Dich/ Sie bei einer der nächsten Übungsstunden begrüßen zu können.