

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 | Beginn/Ort | Angebot | Übungsleiter |
|------------|---------------|------------|--|----------------------|
| Montag | 16:00 – 17:30 | Clubhaus | G.U.T. Wirbelsäulen- und Fitness - Gymnastik für Seniorinnen - Gesundheitssport | Inge Knauer |
| | 18:30 – 19:30 | Clubhaus | Gemischte Gymnastik – Gruppe | Iris Schaub |
| | 19:30 – 20:30 | Clubhaus | Tanzgruppe | Laura Henning |
| Dienstag | 19:30 – 20:30 | Clubhaus | G.U.T. Wirbelsäulen- und Fitness - Gymnastik für Herren - Gesundheitssport | Angelika Nickel |
| Donnerstag | 15:00 – 16:00 | Clubhaus | „Gymnastik am Nachmittag“ G.U.T. Wirbelsäulen- und Fitness - Gymnastik für Seniorinnen – Gesundheitssport | Anke Achtner |
| | 16:30 – 17:15 | Clubhaus | Bewegung mit Spiel und Spaß Bambinis 3-6 Jahre | Iris Schaub |
| | 19:00 – 20:00 | Clubhaus | „Sport treiben – vital bleiben“ – speziell für Männer Gesundheitssportangebot für Wirbelsäule, Schulter-Nacken, Koordination, Ausdauer | Angelika Nickel |
| Sonntag | 09:00 – 10:00 | Clubhaus | Nordic - Walking für Jedermann/- frau | Friederike Akbarý |

