










Karbener Sportverein 1890 e.V. - Günter-Reutzel-Weg 4-6, 61184 Karben

www.karbener-sportverein.de

Fitness- und Gesundheitskurse - 2. Quartal 2018

Kurs		Uhrzeit	Termine	Einheiten	Preis: Mitglieder	Preis: Gäste	Übungsleiter/Ansprechpartner	Trainingsort
T'ai Chi Anfänger und Fortgeschrittene		Montags, 20:30 - 21:30	09.04. - 18.06.18	10	20,00 €	55,00 €	Karsten Schmidt 06039 - 48 45 883	Selzerbach-Schule
Fit und Gesund Damen und Herren		Montags, 19:45 - 20:45	09.04. - 18.06.18	10	20,00 €	55,00 €	Elke Nitsch 06039-93 35 92	Selzerbach-turnhalle
		Montags, 20:45 - 21:45	09.04. - 18.06.18	10	20,00 €	55,00 €		
		Dienstags, 19:00 - 20:00	10.04. - 19.06.18	10	20,00 €	55,00 €		
Hatha-Yoga Damen und Herren		Dienstags, 18:00 - 19:15	10.04. - 05.06.18	8	30,00 €	68,00 €	Alexandra Schwittlinsky 06039-926688 santheodoro@web.de	KSV-Vereinshaus
ATP - Alltags Trainings Programm Damen und Herren 60+		Dienstags, 11:15 - 12:15	10.04. - 03.07.18	12	kostenlose Kurseinheiten für Nicht-Mitglieder		Gerda Konczak 06039-95224	KSV-Vereinshaus
Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining (H.u.B.)								
(H.u.B.) Damen XL		Dienstags, 8:45 - 9:45	10.04. - 19.06.18	10	20,00 €	55,00 €	Christel Maaser 06039-43152	KSV-Vereinshaus
(H.u.B.) Damen und Herren 60+		Mittwochs, 9:45 - 10:45	11.04. - 20.06.18	10	20,00 €	55,00 €	Christel Maaser 06039-43152	
(H.u.B.) Damen und Herren 50+		Donnerstags, 10:00 - 11:00	12.04. - 28.06.18	10	20,00 €	55,00 €	Erika Rickel 06039-42448	
BASI® Pilates Damen und Herren		Mittwochs, 20:00 - 21:00	11.04. - 20.06.18	11	22,00 €	60,50 €	Christel Maaser 06039-43152	Selzerbach-Turnhalle
Skygymnastik Fit + in Form Damen und Herren		Donnerstags, 20:00 - 21:00	12.04. - 21.06.18	9	18,00 €	49,50 €	Katrin Kroiß 06039-93 42 92	Selzerbach-Turnhalle
Zumba® Gold Damen und Herren		Montags, 21:00 - 22:00	09.04. - 18.06.18	10	40,00 €	85,00 €	Satu Panzner satu.panzner@online.de	KSV-Vereinshaus
Zumba® Fitness Damen und Herren		Montags, 10:00 - 11:00	09.04. - 18.06.18	8	32,00 €	68,00 €	Nadine Schumacher nadine@elle-ments.de	
		Donnerstags, 19:00 - 20:00	12.04. - 21.06.18	8	32,00 €	68,00 €	Sonja Rüdiger sonja.ruediger@gmx.net	
		Freitags, 19:30 - 20:30	13.04. - 22.06.18	8	32,00 €	68,00 €	Nadine Schumacher nadine@elle-ments.de	

Information und Anmeldung: Geschäftsstelle Karbener Sportverein 1890 e.V.
Telefon: 06039 - 937 973 0 - Email: geschaeftsstelle@karbener-sportverein.de