

SV Blau-Weiß Dingden e.V. Höingsweg 3 - 46499 Dingden

Kursstart: 10.01.2022 bis 08.04.2022 // bis Osterferien

Kursbezeichnung	RAUM	Kurs Nr.	Dauer	Einheiten	PREISE	
					Mitglied	Nichtmitglied

Montag

Pilates Beate Dickmann	FitnessRaum Spiegelsaal	001	09.00 Uhr 10.01.2022 - 04.04.2022	11	35,20 €	70,40 €
Nordic WALKING Gaby Spangemacher / zertifizierter Präventionskurs	OUTDOOR	003	18.15 Uhr 10.01.2022 - 04.04.2022	12	49,20 €	81,00 €
FASZIO Faszien Training Petra Lage	DanceFloor		18.00 Uhr 10.01.2022 - 04.04.2022	12	38,40 €	76,80 €
Body Styles // -ausgebucht- Silke Geuting	FitnessRaum Spiegelsaal	004	18.00 Uhr 10.01.2022 - 04.04.2022	13	41,60 €	83,20 €
JUMPING FITNESS // -ausgebucht- Silke Geuting	FitnessRaum Spiegelsaal	005	19.00 Uhr 10.01.2022 - 04.04.2022	13	41,60 €	83,20 €

Dienstag

BREITENSPORT Maria Arping	FitnessRaum Spiegelsaal		11.00 Uhr 11.01.2022 - 05.04.2022		BREITENSPORTANGEBOT **nur für Mitglieder**	
Hula dich FIT // -ausgebucht- Sabrina & Theresa (Reifen wird zur Verfügung gestellt)	DanceFloor	008	17.30 Uhr 11.01.2022 - 05.04.2022	13	41,60 €	83,20 €
REHA - fitness // mit Verordnung Lisa Goitowski	FitnessRaum Spiegelsaal		18.00 Uhr 11.01.2022 - 05.04.2022	13	53,30 €	87,75 €
REHA - fitness Ü51 Steffi Terörde / in der Dreifachturnhalle	Dreifachturnhalle	012	18.45 Uhr 11.01.2022 - 05.04.2022	13	**Preise ohne Verordnung **nur mit REHA VO** oder **nur für Mitglieder**	
Pilates // -ausgebucht- Beate Dickmann	FitnessRaum Spiegelsaal	013	19.05 Uhr 11.01.2022 - 05.04.2022	11	35,20 €	70,40 €
Pilates Beate Dickmann	FitnessRaum Spiegelsaal	013a	20.05 Uhr 11.01.2022 - 05.04.2022	11	35,20 €	70,40 €

Mittwoch

YOGA Ekram Chakrabarty	FitnessRaum Spiegelsaal	021	09.00 Uhr 12.01.2022 - 06.04.2022	13	62,40 €	124,80 €
Body Styles // -ausgebucht- Petra Lage	FitnessRaum Spiegelsaal	041	18.00 Uhr 12.01.2022 - 06.04.2022	13	41,60 €	83,20 €
EASY DANCE / 3x Schnuppereinheit Sarah Heßling	FitnessRaum Spiegelsaal	023	19.00 Uhr 12.01.2022 - 26.01.2022	3	6,00 €	12,00 €

Donnerstag

REHA for (G)old // mit Verordnung Steffi Terörde	FitnessRaum Spiegelsaal	031	08.15 Uhr 13.01.2021 - 07.04.2022	13	53,30 €	87,75 €
Fit bis ins hohe Alter Steffi Terörde / zertifizierter Präventionskurs	FitnessRaum Spiegelsaal	032	09.30 Uhr 13.01.2021 - 31.03.2022	12	49,20 €	81,00 €
JUMPING FITNESS // -ausgebucht- Silke Geuting	FitnessRaum Spiegelsaal	034	17.30 Uhr 13.01.2022 - 07.04.2022	13	41,60 €	83,20 €
FIT & GESUND Steffi Terörde / zertifizierter Präventionskurs	FitnessRaum Spiegelsaal	035	18.30 Uhr 13.01.2021 - 31.03.2022	12	49,20 €	81,00 €
Bodystyles goes OUT Silke Geuting	OUTDOOR	036	18.45 Uhr 13.01.2022 - 07.04.2022	13	41,60 €	83,20 €
FIT & GESUND Steffi Terörde / zertifizierter Präventionskurs	FitnessRaum Spiegelsaal	037	19.30 Uhr 13.01.2021 - 31.03.2022	12	49,20 €	81,00 €

Freitag

Body Styles Petra Lage	FitnessRaum Spiegelsaal	023	09.00 Uhr 14.01.2022 - 08.04.2022	13	41,60 €	83,20 €
REHA WarmWasserGymnastik Steffi Terörde / im Hallenbad HKL	Hallenbad HKL	044	19.30 Uhr Kursstart: 14.01.2022		4,10 € pro Einheit	**nur für Mitglieder +VO**

INDOOR:	2G+ ohne Begrenzung (mit offiziellem Test / 24 Std-Gültigkeit)
OUTDOOR:	2G ohne Begrenzung
Trampolinkurse, INDOOR:	2G+ ohne Begrenzung (mit offiziellem Test / 24 Std-Gültigkeit)
Anmeldungen an: kurse@bw-dingden.de oder direkt beim Trainer!	

Das Boostern ist kein Ersatz für die Testung!!!