

## Kursangebote

# Turnhalle

### Montag

10.00-10.45  
12.00-12.30  
15.00-17.00

**Rehasport** Orthopädie Senioren  
Outdoor Walken  
Sportkurs „Ball sport für Alle“ (für Kinder von 4 bis 6 Jahren)

### Dienstag

09.00-10.00  
11.00-11.45  
16.00-16.45  
17.00-18.00  
18.00-19.00  
19.00-19.45

Sportkurs „Rückenfit“  
**Rehasport** Hockergymnastik  
**Rehasport** Lungensport  
**Rehasport** Herzsport  
Sportkurs „Fit and Fun“  
**Rehasport** Orthopädie

### Mittwoch

09.00-09.45  
13.00-14.00  
14.15-15.00  
15.00-15.45  
17.30-18.30

**Rehasport** Orthopädie  
Entspannungskurs Viniyoga  
**Rehasport** Orthopädie  
Sportkurs „Rückenfit“  
Outdoor Inklusiver Lauftreff

### Donnerstag

08.00-09.00  
09.00-09.45  
12.00-13.00  
14.00-15.30  
16.30-19.00  
19.00-19.45

Outdoor Lauftreff für alle  
**Rehasport** Orthopädie  
**Rehasport** Herzsport *seit März 2019!*  
**Rehasport** Sensorik für Taubblinde *seit Mai 2019!*  
Sportkurs „Akrobatik für Alle“ (für Kinder von 7 bis 14 Jahren)  
**Rehasport** Orthopädie

### Freitag

10.30-11.30

Sportkurs „Tanzen für Vorschulkinder“



## Kontakt und Anmeldung

### Sport- und Bewegungsangebote Gold-Kraemer

Bianca Dobke

**Telefon** 0 22 34.933 03-409

**Mobil** 0171.368 94 90

**E-Mail** bianca.dobke@gold-kraemer-stiftung.de



*Ja! Ich mache mit!*

