



Unsere Sportkurse, geleitet von erfahrenen Kursleiterinnen und Kursleitern, beginnen!  
Sie können jederzeit einsteigen. Anmeldeformulare erhalten Sie in unserer  
**Geschäftsstelle** oder auch bei den **Kursleitern**.  
Machen Sie auch von der Möglichkeit des zweimaligen "Schnupperns" gebrauch.

**Kurs-Serie:** 2019-03  
**Kursbeginn:** 01.07.2019  
**Kursende:** 27.09.2019

Kurs	Kursleiter	Tag	Kurs- beginn	Zeit	Tage pro Kurs	Stun- den	Gebühr Mitglieder pro Std.	Gebühr Nichtmit- glieder pro Std.
Osteoporose	Miriam Hahne	Montag	von: 01.07.19 bis: 23.09.19	von: 10:00 Uhr bis: 11:00 Uhr	11	11,00	4,00 €	6,60 €
Aerobic	Silvia Huebsch	Montag	von: 01.07.19 bis: 23.09.19	von: 19:00 Uhr bis: 20:00 Uhr	11	11,00	3,40 €	5,30 €
Fit und Gesund 1	Silke Michel	Dienstag	von: 02.07.19 bis: 24.09.19	von 08:30 Uhr bis 09:45 Uhr	11	13,75	3,50 €	5,50 €
Fit und Gesund 2	Silke Michel	Dienstag	von: 02.07.19 bis: 24.09.19	von 10:00 Uhr bis 11:15 Uhr	11	13,75	3,50 €	5,50 €
Linedance 3	Ehepaar Rettberg	Dienstag	von: 02.07.19 bis: 24.09.19	von: 19:00Uhr bis: 20:00 Uhr	11	11,00	2,30 €	4,00 €
Wirbelsäule 1	Miriam Hahne	Mittwoch	von: 03.07.19 bis: 25.09.19	von: 09:00 Uhr bis: 10:00 Uhr	11	11,00	3,40 €	5,30 €
Wirbelsäule 2	Miriam Hahne	Mittwoch	von: 03.07.19 bis: 25.09.19	von: 10:00 Uhr bis: 11:00 Uhr	11	11,00	3,40 €	5,30 €
Zumba 1	Daria Kitzmann	Mittwoch	von: 03.07.19 bis: 25.09.19	von: 18:30 Uhr bis: 20:00 Uhr	11	16,50	2,20 €	3,60 €
Bauch-Beine-Po	Jamaal Baxter	Mittwoch	von: 03.07.19 bis: 25.09.19	von: 20:00 Uhr bis: 21:00 Uhr	11	11,00	2,70 €	4,50 €
Wirbelsäule 3	Silvia Huebsch	Donnerstag	von: 04.07.19 bis: 26.09.19	von: 18:00 Uhr bis: 19:00 Uhr	11	11,00	3,60 €	5,50 €
Pilates/ Winter/Ski Fit	Silvia Huebsch	Donnerstag	von: 04.07.19 bis: 26.09.19	von: 19:00 Uhr bis: 20:00 Uhr	11	11,00	3,60 €	5,50 €
Schlingtrainer- Fitness	Jamaal Baxter	Freitag	von: 05.07.19 bis: 27.09.19	von: 17:00 Uhr bis: 18:00 Uhr	11	11,00	4,00 €	6,60 €
Aqua-Aerobic	Sophie Begau	Freitag	von: 05.07.19 bis: 27.09.19	von: 17:45 Uhr bis: 18:45 Uhr	11	11,00	5,00 €	7,80 €
Linedance 1	Marius Pulß	Freitag	von: 05.07.19 bis: 27.09.19	von: 18:15 Uhr bis: 19:45 Uhr	11	16,50	2,30 €	4,00 €
Linedance 2	Ehepaar Rettberg	Freitag	von: 05.07.19 bis: 27.09.19	von: 20:00 Uhr bis: 21:30 Uhr	11	16,50	2,30 €	4,00 €

Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an: **Hardegser Sportverein von 1872 e.V., Tel.: 05505-940637**

**Christian Förster, E-Mail: vorstand@hardegser-sv.de**