

Kursübersicht 2. Halbjahr 2023 (Änderungen vorbehalten)									
Kurs-Nr.	Kursbezeichnung	Wochentag und Uhrzeit	Übungsort	Übgs.-Tage	Beginn	Ende	Gebühren Mitglieder	Gebühren Gäste	Übungsleiter/in Wanderführer
402	Koronarsport	Mo. 17:30 - 19:00 Uhr	Pestalozzischule, Carl-Duisberg-Str.	18	07.08.	18.12	0,00 €	0,00 €	Frau Wuwer
501	Sitzgymnastik	Do. 16:00 - 17:00 Uhr	Pfarrheim an der Bonifatiuskirche	17	10.08.	14.12.	0,00 €	0,00 €	Frau Elfering
502	Rückengymnastik	Do. 17:00 - 18:00 Uhr	Pfarrheim an der Bonifatiuskirche	17	10.08.	14.12	0,00 €	0,00 €	Frau Elfering
571	Yoga	Mi. 17:00 - 18:30 Uhr	St. Pius - Pfarrheim	18	09.08.	17.12.	0,00 €	0,00 €	Frau Stojetzki
601	Walking	Di. 09:00 - 10:15 Uhr	<u>Treffpunkt:</u> Parkplatz am Hembrauck	17	08.08.	12.12.	0,00 €	0,00 €	Frau Kucharzewski
602	Walking/Nordic-Walking <u>offener Lauf-Treff</u>	Fr. 15:00 - 16:00 Uhr	<u>Treffpunkt:</u> Hundeübungsplatz/Hervester-Str.	17	11.08.	15.12.	pro Teilnahme 3,50 €		Frau Wuwer
	Wanderung		jeden 2. und 4. Sonntag im Monat						Josef Krämer/Gerd Rathmann
			Treffen um 09:30 Uhr am Parkplatz Adolf-Grimme-Straße						

Die Kursordnung ist bitte zu beachten!