



Neues Angebot Wirbelsäulen-Gymnastik

dienstags: 10:00 - 11:00 Uhr / 18:00 Uhr - 19:00 Uhr

im Bürgerhaus Schöneiseffen

Dieses Angebot richtet sich an Damen und Herren, die gerne etwas für ihren Körper und Beweglichkeit in der Gemeinschaft tun möchten.

Im Mittelpunkt steht eine funktionelle Ganzkörpergymnastik mit muskelstärkenden und dehnenden Übungen. Ein abschließender Entspannungsteil rundet die Stunde ab.

Bitte mitbringen:

Iso-Matte, Handtuch, bequeme Kleidung und Sportschuhe!

Die Übungsleiterin Beate Egner wohnt seit Oktober 2016 in Harperscheid. Seit Anfang der neunziger Jahre im Breitensport tätig. Zusatzqualifikationen "Sport mit Älteren" und "Rückenfitness".

Geplanter Start ist der 09. Mai 2017

Nach ein paar Schnupperstunden ist für die Teilnahme eine Mitgliedschaft im SV Schöneiseffen verbindlich.

Für jede aktive Stunde ein Zusatzentgelt von Euro 1:-- / Stunde.

Dieses wird in Form von 10er-Karten entrichtet und gilt als Aufwandsentschädigung für die Übungsleiterin.

Nähere Informationen gerne per

E-Mail: beate.egner@outlook.de

Telefon: 02485-9559523

**Bei Interesse bitte Rückmeldung bis zum 2. Mai an Beate Egner
oder an einen der Vorstandsmitglieder**

Geschäftsführer
Niklas Zimmer
Schöneiseffen 29c
Tel. 0160/6266405

1. Vorsitzender
Ralf Kupp
Höfenerstrasse 11
Tel. 02485/1767

2. Vorsitzender
Armin Hupp
Schöneiseffen 41
Tel. 0170/4871996

Kassenwart
Klaus Hardy
Höfener Str. 2
Tel. 02485/403

Jugendleiter
Heiko Zimmer
Schöneiseffen 29b
Tel.: 0177/2929740