



FERIENPROGRAMM 2019

In der Ferienzeit bieten wir in einigen Wochen für alle unsere Mitglieder gruppenübergreifende Sportangebote an. Wenn nicht anders angegeben, finden alle Stunden bei uns in der Westerallee 49 im Multiplex I statt! Die Nordic-Walking-Gruppen treffen sich auf dem Parkplatz am Ende des Ostseebadweges. Die Wassergymnastik findet wie gewohnt im Campusbad statt, bitte seid in den Stunden 15 Minuten vor Kursbeginn dort.

Osterferien:

O1 - Di 09.04.	10.00-11.00 Uhr	„Fit Mix“ mit GESÄ
O2 - Di 09.04.	11.00-12.00 Uhr	„Step“ mit GESÄ (kein Reha)
O3 - Mi 10.04.	17.00-18.00 Uhr	„Body-Workout“ mit BERIET
O4—O6 - Do 11.04. (Vorrangig für unsere Wassersportler)	08.00, 08.40 und 09.20 Uhr	„Wassergymnastik“ mit BEATE

Sommerferien:

S1 - Mo 08.07.	11.00-12.00 Uhr	„Rundum Fit“ mit IRIS
S2 - Mi 10.07.	18.00-19.00 Uhr	„Sommerfit mit Spaß“ mit FRAUKE
S3 - Mo 05.08.	09.00-10.00 Uhr	„Stretchen für Jedermann“ mit ANGELIKA
S4 - Di 06.08.	08.30-09.30 Uhr	„Nordic Walking“ mit KLAUS im OSTSEEBAD
S5 - Do 08.08.	18.00-19.00 Uhr	„After Work mit Spaß“ mit OLE

Herbstferien:

H1-H3 - Di 15.10. (Vorrangig für unsere Wassersportler)	08.00, 08.40 und 09.20 Uhr	„Wassergymnastik“ mit BERIET
H4 - Mi 16.10.	17.00-18.00 Uhr	„Fitness mit Spaß“ mit JAN

Sollte es nicht extra angegeben sein, dürfen auch unsere Sportler, die mit einer Verordnung bei uns aktiv sind, gerne an den Sportstunden teilnehmen.

Bitte meldet Euch verbindlich bei Euren Übungsleitern oder direkt im Büro bis jeweils eine Woche vor den Ferien an. Die Kurse werden ab 6 angemeldeten Teilnehmern stattfinden. (Sollte ein Kurs nicht stattfinden, geben wir Euch telefonisch Bescheid!) Wir freuen uns auf ein abwechslungsreiches, sportliches Ferienprogramm mit Euch!

Hiermit melde ich _____			
(Tel. _____) mich verbindlich für folgende/n			
Kurs/e an: (bitte ankreuzen)			
O1	Di 09.04.	10.00 Uhr	<input type="radio"/>
O2	Di 09.04.	11.00 Uhr	<input type="radio"/>
O3	Mi 10.04.	17.00 Uhr	<input type="radio"/>
O4	Do 11.04.	08.00 Uhr	<input type="radio"/>
O5	Do 11.04.	08.40 Uhr	<input type="radio"/>
O6	Do 11.04.	09.20 Uhr	<input type="radio"/>
S1	Mo 08.07.	11.00 Uhr	<input type="radio"/>
S2	Mi 10.07.	18.00 Uhr	<input type="radio"/>
S3	Mo 05.08.	09.00 Uhr	<input type="radio"/>
S4	Di 06.08.	08.30 Uhr	<input type="radio"/>
S5	Do 08.08.	18.00 Uhr	<input type="radio"/>
H1	Di 15.10.	08.00 Uhr	<input type="radio"/>
H2	Di 15.10.	08.40 Uhr	<input type="radio"/>
H3	Di 15.10.	09.20 Uhr	<input type="radio"/>
H4	Mi 16.10.	17.00 Uhr	<input type="radio"/>

Die Ferienzeiten 2019:

Osterferien: 04.04. – 22.04.

Himmelfahrtbrückentag 31.05.

Sommerferien: 02.07. – 09.08.

Herbstferien: 04.10. – 18.10.

Weihnachtsferien: 23.12. – 08.01.20

Unser Ferienprogramm findet in der letzten Osterferienwoche, in der ersten und letzten Sommerferienwoche und in der letzten Herbstferienwoche statt.