



FERIENPROGRAMM

2018

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.

Osterferien:

O1 - Montag 09.04.	10.00-11.00 Uhr	„Fit Mix“ mit GESÄ
O2 - Montag 09.04.	11.00-12.00 Uhr	„Step“ mit GESÄ (kein Reha)
O3 - Mittwoch 11.04.	10.30-11.30 Uhr	„Kraft & Ausdauer“ mit BEATE

Sommerferien:

S1 - Dienstag 10.07.	08.30-09.30 Uhr	„Nordic Walking“ mit KLAUS im OSTSEEBAD
S2 - Mittwoch 11.07.	16.00-17.00 Uhr	„Stretchen für Jedermann/-frau“ mit ANGELIKA
S3 - Freitag 13.07.	11.30-12.30 Uhr	„Rundum fit“ mit IRIS
S4 - Dienstag 17.07.	08.30-09.30 Uhr	„Nordic Walking“ mit KLAUS im OSTSEEBAD
S5 - Montag 13.08.	10.00-11.00 Uhr	„Yogilates“ mit BERIET
S6 - Montag 13.08.	11.00-12.00 Uhr	„Power Body Workout“ mit BERIET (kein Reha)
S7 - Dienstag 14.08.	08.30-09.30 Uhr	„Nordic Walking“ mit KLAUS im OSTSEEBAD
S8 - Donnerstag 16.08.	18.00-19.00 Uhr	„Sommerfit“ mit OLE

Herbstferien:

H1 - Dienstag 16.10.	18.00-19.00 Uhr	„Zadunga“ mit MARIJANA
H2 - Mittwoch 17.10.	18.00-19.00 Uhr	„Fit für den Alltag“ mit FRAUKE

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	Mo	09.04.	10.00 Uhr	<input type="radio"/>
O2	Mo	09.04.	11.00 Uhr	<input type="radio"/>
O3	Mi	11.04.	10.30 Uhr	<input type="radio"/>
S1	Di	10.07.	08.30 Uhr	<input type="radio"/>
S2	Mi	11.07.	16.00 Uhr	<input type="radio"/>
S3	Fr	13.07.	11.30 Uhr	<input type="radio"/>
S4	Di	17.07.	08.30 Uhr	<input type="radio"/>
S5	Mo	13.08.	10.00 Uhr	<input type="radio"/>
S6	Mo	13.08.	11.00 Uhr	<input type="radio"/>
S7	Di	14.08.	08.30 Uhr	<input type="radio"/>
S8	Do	16.08.	18.00 Uhr	<input type="radio"/>
H1	Di	16.10.	18.00 Uhr	<input type="radio"/>
H2	Mi	17.10.	18.00 Uhr	<input type="radio"/>

Die Ferienzeiten 2018:

Osterferien: 29.03.-13.04.

Sommerferien: 09.07.-16.08.

Herbstferien: 01.10.-19.10.

Weihnachtsferien: 21.12.-04.01.2019

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