

ESG-SPORTANGEBOTE VOM **11.10.-17.10.2021**

Stand: 10.10.2021

Bei allen ESG-Sportangeboten sind die jeweils aktuellen Hygiene- und Verhaltensbestimmungen einzuhalten.
 Es gilt die 3G-Regel mit Nachweispflicht.

KINDERSPORT			
Eltern-Kind-Turnen	Mi	16:30-17:15	Sporthalle GS Hägewiesen
Kinderturnen 4 - 6 Jahre	Mi	17:15-18:00	Sporthalle GS Hägewiesen
Kinderturnen 6 - 10 Jahre	Mi	18:00-19:00	Sporthalle GS Hägewiesen
Bewegung und Spiel für Kinder ab 8 Jahre	Mo	entfällt	
ERWACHSENENSORT FRAUEN UND MÄNNER			
Nordic Walking	Mo	18:00-19:30	Treff vor der Sporthalle GS Hägewiesen
Rückenfit und Entspannung	Di	19:15-20:15	Sporthalle GS Hägewiesen
Volleyball Hobby II	Di	18:30-20:30	GS Fridtjof-Nansen-Schule, Große Halle
Badminton *	Di	20:30-22:00	GS Fridtjof-Nansen-Schule, Große Halle
Fit für den Alltag und Entspannung	MI	16:30-18:00	Bewegungsraum GS Hägewiesen
Gemischte Gymnastik I > 65 Jahre	Mi	19:10-20:10	Sporthalle GS Hägewiesen
Gemischte Gymnastik II	Mi	20:20-21:30	Sporthalle GS Hägewiesen
Pilates	Do	18:00-19:00	Begegnungszentrum Plauener Str. 23 A
Volleyball Hobby I	Do	20:00-22:00	Schulzentrum Bothfeld
SENIORENSPORT FRAUEN UND MÄNNER			
Nordic Walking *	Mo	16:30-17:30	Treff vor der Sporthalle GS Hägewiesen
Sanfte Gymnastik und Entspannung nach Jacobson	Do	15:30-17:00	Begegnungszentrum Plauener Str. 23 A
KURSANGEBOTE			
Selbstverteidigung	Do	19:30-21:00	voraussichtlich ab 03.03.2022

- Nur mit vorheriger Anmeldung bei Rita Köpp

Herbstferien: 18.10.-29.10.2021