

Sport und Bewegung

2. Halbjahr 2020

Sonntagswanderer "*flott*" jeden letzten Sonntag im Monat mit Lou. Info ☎09122/5124

Sonntagswanderer "*mit Kultur-und Naturstopp*" jeden 3 Sonntag im Monat ☎09122/2797

Fit durch Bewegung mit Lou Reitter jeden Montag von 10.00 bis 11.00 Uhr beim TV 1848

Fit und Aktiv für Senioren mit Ingrid ab Oktober von 15.00 bis 16.00 Uhr. Nur Mitglieder

Qi-Gong mit Christine Keuth immer donnerstags von 08.00 bis 09.00 Uhr bis Ende Sept.

Wirbelsäulengymnastik mit Heike Sebald montags von 16.00 - 17.15 Uhr und von 17.15 - 18.30 Uhr bis einschl. 24.08. auf der Kneipp-Wiese, und ab 30.09. (10x) immer mittwochs für Gruppe 1 von 16.15 - 17.15 Uhr, Gruppe 2 von 17.30 - 18.30, Gruppe 3 von 18.45 - 19.45 Uhr im Förderzentrum, Ansbacherstraße 11. Mitglieder € 35.-, NM € 45.-.Info ☎09122/833164

Smovey-Walk am Abend mit Heike Sebald immer dienstags von 19.00 bis 20.30 Uhr bis einschl. 06.10. Info ☎09122/833163

Schwing dich topfit mit der Schwungstange mit Gisela Lehner mittwochs von 16.45 - 17.45 Uhr bis einschl. 26.08. auf der Kneipp-Wiese und ab 02.10.(10x) freitags in der Johannes-Kern-Mittel-Schule von 16.30-17.30 Uhr. Mitglieder € 35.-, NM € 45.-

Fit mit Power mit Gisela Lehner freitags ab 02.10. (10x) von 17.30 - 18.30 Uhr in der Johannes-Kern-Mittelschule. Mitglieder € 35.-, NM € 45.-

XCO-Workout mit Gisela Lehner immer mittwochs von 18.00 bis 19.00 Uhr vom 01.07. bis einschl.26.08. auf dem Kneipp-Gelände

Faszien-Training mit Sonja am Freitag, den 14. + 21.08. von 15.30 bis 17.00 Uhr auf dem Kneipp-Gelände. Mitglieder € 5.-, NM € 7.-; Info/Anmeldung unter ☎09128/3635

Achtung: Venen-Beckenboden-Gymnastik + Tanzen "50 plus" entfallen bis auf Weiteres

Alle Angebote und Termine sind unter Vorbehalt. Wegen Covid-19 war und ist derzeit keine sichere Planung möglich. Weitergehende Informationen unter www.kneippverein-schwabach.de, im Schwabacher Tagblatt unter der Pinnwand und im Schaukasten.

Besuchen Sie uns auch im Internet unter

www.kneippverein-schwabach.de

Kneipp-Verein Schwabach e.V.

1. Vorsitzender Matthias Hübner

☎0911/6327094

Ansprechpartner:

Gisela Lehner ☎09183/2375988

Elke Graßer ☎09122/4152