

Kursangebote für Erwachsene*

Fitness für junge Erwachsene ab 16.01.

Bauch, Beine, Po mit Aerobic

Montags 20:00 - 21:00 Uhr

Janina und Ricarda

Fit mit Sport und Spiele ab 10.01.

Der Kurs richtet sich speziell an junge Erwachsene

Dienstags 19:00 - 20:00 Uhr

Simone Hinz Tel. 93 53 50

Zumba ab 11.01.

Power-Fitness-Tanz zur Musik

Mittwochs 20:15 - 21:15 Uhr

Marta Niestroj ! Kursgebühr 30 €

Fit & Gesund ab 11.01.

Mittwochs 19:00 - 20:00 Uhr

Rainer Brockmann Tel. 3965

Fitnessstraining ab 12.01.

Donnerstags 19:30 - 20:30 Uhr

Kerstin Klawohn Tel. 2948

Yoga zum Schnuppern 8x ab 27.01.

Freitags 18:00 - 19:00 Uhr

Kerstin Klawohn Tel. 2948

Decke mitbringen ! Kursgebühr 20 €

*Kurse finden bei mindestens 12 Teilnehmern statt.

Die Kursgebühr beträgt 25 € für 10 Mal!

wenn nicht anders angegeben ist

Sport im Hövelhofer Wald

Treffpunkt: Wandertafel von-der-Recke-Straße

Nordic-Walking-Treff

Okt. - Apr. Samstags 14:00 Uhr

Mai - Sept. Montags 18:00 Uhr

Rainer Brockmann Tel. 3965

Lauftreff

Montags & Donnerstags 8:30 Uhr

Resi Güth Tel. 05250 53 55 00

Walking und Nordic-Walking

Dienstags 8:00 Uhr

Inga Engeling Tel. 6711

Radtreff Mai - September

Mittwochs 14:30 Uhr

Norbert Roglitzki und Karl Mertens

Familieturnen am Sonntag

15. Jan. 12 10:00 - 12:00 Uhr

19. Feb. 12 10:00 - 12:00 Uhr

18. Mrz. 12 10:00 - 12:00 Uhr

} 1€ p.P.

Karin H.-Siegenbrink Tel. 6936

Sonderveranstaltungen,

z.B. das Sportabzeichen, werden über die Tageszeitung

und die Hövelhofer Rundschau veröffentlicht.

Hövelhofer BreitenSport e.V.

Sportprogramm

ab Januar

2012

Der Sport findet statt in der
Sporthalle der Kirchsule.

Hövelhofer BreitenSport e.V.

Buschweg 8

33161 Hövelhof

www.hoevelhofer-breitensport.de