

Terminübersicht 2. Halbjahr 2023



Wasser



Bewegung



Ernährung



Heilpflanzen



Lebensordnung

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Kurse	Fit von Kopf bis Fuß 16.30 h Diakoniestation, Hauptstr. 8a, Sprockhövel 0172 2506527, 02339 5035 ingridanna67@outlook.de	Aktiv Ü60 * 11.30 h Sporthalle im Baumhof, Eickerstr. 21 02302 1790198		Fit durch Wassergymnastik * 16.00 h Haßlinghausen, Geschwister- Scholl-Str. 6 0162 6718178		
		Aktiv Ü60 * 12.45 h Glückauf-Halle, Dresdener Str. 11 02302 1790198		Fit durch Wassergymnastik * 17.00 h Haßlinghausen, Geschwister- Scholl-Str. 6 0162 6718178	Stuhl-Yoga 16.00 h Diakoniestation, Hauptstr. 8a 0157 35633109 Yogawoman@gmx.de	
			Kneipp-Treff 15.30 h am ersten Mittwoch im Monat Haßlinghausen, Dorfstraße 13 02339-911512 info@kneipp-sprockhoevel.de	Aqua-Aerobic * 18.15 h Haßlinghausen, Geschwister- Scholl-Str. 6 0162 6718178	Yin-Yoga 17.30 h Diakoniestation, Hauptstr. 8a 0157 35633109 Yogawoman@gmx.de	
		Zumba * 18.30 h Forum GGS Börgersbruch, Dresdener Str. 43 0157 56871533 reddehasesandra@gmail.com	Hatha-Viyasa-Yoga 18.00 h Diakoniestation, Hauptstr. 8a 0157 35633109 Yogawoman@gmx.de	Aqua-Aerobic * 19.15 h Haßlinghausen, Geschwister- Scholl-Str. 6 0162 6718178		
				Trimilin-Gymnastik 18.30 h Natur-Kita Schee, Elberfelder Str. 38 02339 911513 martina@feller-linge.de	Zumba * 19.00 h Forum GGS Börgersbruch, Dresdener Str. 43 0157 56871533 reddehasesandra@gmail.com	* Diese Kurse finden nicht in den Schulferien statt!
Sonstiges		Kochen nach Kneipp 22.08., 24.10., 05.12.2023, 17.30 h Lehrküche MAS, Dresdener Str. 45 i.dogin@gmx.de				