**Wellness / Gesundheitskurse - Frühling /Sommer**

**16/ 17**

Kurs A2: **Pilates** *– Fit in den Tag*

Termin: ab **28.03.17** **- 25.07.17** immer Dienstags von 9.20 bis 10.20 Uhr

Ort: Turnhalle-Hambach

Anzahl der Einheiten:18 **mal**

Kurs B2: **Pilates** *–*

Termin: ab **18.04.17** **- 25.07.17** immer Dienstags von 18.15 bis 19.15 Uhr

Ort: Pfarrheim

Anzahl der Einheiten: **15 mal**

Kurs C2: **Bodystyling** *– Herz- Kreislauftraining und Kräftigung*

Termin: ab **18.04.17** **- 25.07.17** immer Dienstags von 19.15 bis 20.15 Uhr

Ort: Pfarrheim

Anzahl der Einheiten: **15 mal**

Kurs E2: **Wirbelsäulengymnastik**

Termin: ab **05.05.17 bis 28.07.17** immer (Freitags von 16.00 bis 17.00 Uhr

Ort: Hambach Pfarrheim

Anzahl der Einheiten: **13mal**

Kurs F2: **Wirbelsäulengymnastik**

Termin: ab **05.05.17 bis 28.07.17** immer Freitags von 17.00 bis 18.00 Uhr

Ort: Hambach Pfarrheim

Anzahl der Einheiten: **13 mal**

Kosten für pro Einheiten (alle Kurse ): Mitglieder SPVGG 4,50 .€, Nichtmitglieder 6,50 €

Kosten für 13 /15/18Einheiten (alle Kurse ): Mitglieder SPVGG 58,50 / 67,50 / 81,-€,

Nichtmitglieder 84,50 / 97,50 / 117,- €

Anmeldung und Info bei Instructor Frau Anja Kümpel, Telefon: 0170 4722478

!!! Die Zahlung erfolgt per **Lastschrifteinzug.**

**Bitte Beachten !!!** Die Anmeldung ist verbindlich. **Keine Rückerstattung.**