



Fitnessangebote des BV Bergen Winter 2022/23



	Veranstaltung	Tag	Zeitraum	Uhrzeit	Trainer und Ansprechpartner zur Anmeldung	Ort	Kosten für Mitglieder	Kosten für Nichtmitglieder
E R W A C H S E N E	Wirbelsäulengymnastik Damen	Mo	<ul style="list-style-type: none"> ab 09.01.2023 10x jedoch nicht in den Ferien 	19:00 - 20:00	<ul style="list-style-type: none"> Elke Satzinger (Physiotherapeutin) Anmeldung bei Andrea Hausner 	FFW-Haus Bergen	50€ / Zehnerkurs	75€ / Zehnerkurs
	Wirbelsäulengymnastik gemischt	Mo	<ul style="list-style-type: none"> ab 09.01.2023 10x jedoch nicht in den Ferien 	20:00 - 21:00	<ul style="list-style-type: none"> Elke Satzinger (Physiotherapeutin) Anmeldung bei Andrea Hausner 	FFW-Haus Bergen	50€ / Zehnerkurs	75€ / Zehnerkurs
	Gymnastik	Do		19:00 - 20:00	<ul style="list-style-type: none"> Annette Mündl (09147 / 691) annette.muendl@t-online.de 	FFW-Haus Bergen	Im Mitgliedsbeitrag enthalten	30€ / 10er Karte
	Nordic Walking	Di	April - Oktober	19:00 - 20:00	<ul style="list-style-type: none"> Willi Lehmeier (09148 / 415) 	BIG Reuther Straße 25	Im Mitgliedsbeitrag enthalten	Probelaufen jederzeit möglich
	Rückenfit für Männer	Mi	<ul style="list-style-type: none"> Nicht in den Ferien 	19:30 - 20:30	<ul style="list-style-type: none"> Annette Mündl (09147 / 691) annette.muendl@t-online.de 	FFW-Haus Bergen	Im Mitgliedsbeitrag enthalten	30€ / 10er Karte
	Tanzen für 3 bis 5-jährige	Mo	<ul style="list-style-type: none"> Nicht in den Ferien Aushänge und WhatsApp beachten 	15:15 - 16:00	<ul style="list-style-type: none"> Tanja Hadinger (09148 / 9088311) 	FFW-Haus Bergen	Im Kindermitgliedsbeitrag enthalten	Probetanz nach Absprache möglich
	Tanzen für 5 bis 7-jährige	Mo	<ul style="list-style-type: none"> Nicht in den Ferien Aushänge und WhatsApp beachten 	16:00 - 17:00	<ul style="list-style-type: none"> Tanja Hadinger (09148 / 9088311) 	FFW-Haus Bergen	Im Kindermitgliedsbeitrag enthalten	Probetanz nach Absprache möglich
	Tanzen für 8 bis 12-jährige	Mo	<ul style="list-style-type: none"> Nicht in den Ferien Aushänge und WhatsApp beachten 	17:00 - 18:00	<ul style="list-style-type: none"> Tanja Hadinger (09148 / 9088311) 	FFW-Haus Bergen	Im Kindermitgliedsbeitrag enthalten	Probetanz nach Absprache möglich
	Kinderturnen	Fr	<ul style="list-style-type: none"> Nicht in den Ferien Aushänge und WhatsApp beachten 	15:00 - 16:00	<ul style="list-style-type: none"> Christina Göpel 	FFW-Haus Bergen	Im Kindermitgliedsbeitrag enthalten	Probeturnen nach Absprache möglich
K I N D E R								

Spartenleitung

Andrea Hausner

bv-bergen.fitness@web.de

Das Training erfolgt unter den aktuellen Corona-Bestimmungen.