

SummerSpecial 2019

Anmeldung nicht erforderlich

Kostenbeitrag: 5,00€ / Sparteinheit (Barzahlung) oder

Erwerb einer Zehnerkarte (35€) gültig vom 29.7.-16.8.2019

Erhältlich bei den Übungsleiterinnen bzw. in der Geschäftsstelle

DJK Eintracht Stadtlohn 1920 e.V.

— Abt. Gesundheits- & Rehabilitationszentrum —



Weitere Informationen:

DJK Geschäftsstelle

Hölderlinstr. 17

48703 Stadtlohn

Mo/Di 08.00 - 12.00Uhr

15.00 - 18.00Uhr

Mi/Do 09.00 - 11.00Uhr

Telefon: 02563 / 6054

Telefax: 02563 / 20197

Email: info@djk-stadtlohn.de

Web: www.djk-stadtlohn.de

DJK Eintracht Stadtlohn 1920 e.V.

— Abt. Gesundheits- & Rehabilitationszentrum —



SummerSpecial 2019





<i>Montag, 29.07.2019</i>	<i>09.00-10.00Uhr</i>	<i>Body-Mix, Wessendorf Stadion, ÜL Silvia Schwiderski</i>
<i>Dienstag, 30.07.2019</i>	<i>18.00-19.00Uhr</i>	<i>Body-Attack, DJK Sporttreff, ÜL Eva Wewers</i>
<i>Mittwoch, 31.07.2019</i>	<i>10.15-11.15Uhr</i> <i>19.00-20.00Uhr</i>	<i>Faszien, Wessendorf Stadion, ÜL Silvia Schwiderski</i> <i>Body-Power Intervall, DJK Sporttreff, ÜL Melanie Haeske</i>
<i>Donnerstag, 01.08.2019</i>	<i>18.00-19.00Uhr</i>	<i>Indoor Cycling, DJK Sporttreff, ÜL Robert Wexler</i>
<i>Montag, 05.08.2019</i>	<i>09.00-10.00Uhr</i>	<i>Body-Mix, Wessendorf Stadion, ÜL Silvia Schwiderski</i>
<i>Dienstag, 06.08.2019</i>	<i>09.00-10.00Uhr</i> <i>18.00-19.00Uhr</i>	<i>Bodypump & More , Wessendorf Stadion, ÜL Doro Raber</i> <i>Indoor Cycling, DJK Sporttreff, ÜL Kerstin van Almsick Ransmann</i>
<i>Mittwoch, 07.08.2019</i>	<i>10.15-11.15Uhr</i> <i>18.00-19.00Uhr</i> <i>19.00-20.00Uhr</i> <i>18.30-19.30Uhr</i>	<i>Faszien, Wessendorf Stadion, ÜL Silvia Schwiderski</i> <i>Indoor Cycling, DJK Sporttreff, ÜL Kerstin van Almsick Ransmann</i> <i>Body Power Intervall, DJK Sporttreff, ÜL Melanie Haeske</i> <i>Drums Alive, Turnhalle Marienschule, ÜL Gaby Möllers</i>
<i>Donnerstag, 08.08.2019</i>	<i>18.45- 19.45Uhr</i> <i>18.00-19.00Uhr</i> <i>19.00-20.00Uhr</i>	<i>Body Gymnastik, DJK Sporttreff, ÜL Melanie Haeske</i> <i>Indoor Cycling, DJK Sporttreff, ÜL Robert Wexler</i> <i>Dance Step, Wessendorf Stadion, ÜL Eva Wewers</i>
<i>Montag, 12.08.2019</i>	<i>09.00-10.00Uhr</i> <i>18.30-19.30Uhr</i>	<i>Body-Mix, Wessendorf Stadion, ÜL Silvia Schwiderski</i> <i>Cross Fit, Turnhalle Marienschule, ÜL Gaby Möllers</i>
<i>Dienstag, 13.08.2019</i>	<i>09.00-10.00Uhr</i> <i>18.00-19.00Uhr</i>	<i>Bodypump & More, Wessendorf Stadion, ÜL Doro Raber</i> <i>Body Attack, DJK Sporttreff, ÜL Eva Wewers</i>

Mittwoch, 14.08.2019

**10.15-11.15Uhr
19.00-20.00Uhr
18.30-19.30Uhr**

**Faszien, Wessendorf Stadion, ÜL Silvia Schwiderski
Body Power Intervall, DJK Sporttreff, ÜL Melanie Haeske
Drums Alive, Turnhalle Marienschule, ÜL Gaby Möllers**

Donnerstag, 15.08.2019

**18.45-19.45Uhr
18.45-19.45Uhr**

**Body Gym, DJK Sporttreff, ÜL Melanie Haeske
Rücken-Fit mit Brasils, Wessendorf Stadion, ÜL Annette Grebe**

Samstag, 17.08.2019

13.00-14.00Uhr

Box Aerobic, Wessendorf Stadion, ÜL Gaby Möllers

Das Gesundheitsstudio im DJK Sporttreff, Kreuzwegstr. 1 ist während der gesamten Sommerferien außer in der Woche vom 29.07.2019 bis einschließlich 02.08.2019 montags/mittwochs/freitags in der Zeit von 08.00-11.30Uhr sowie montags/mittwochs in der Zeit von 16.30-20.30Uhr, freitags von 16.00-19.00Uhr geöffnet.

Auch hier gelten die gleichen Zahlungsbedingungen wie bei den Kursen aus dem Sommerprogramm.

