

SGR Flensburg ----Vereinssportangebot----Kontakt: Nikolaus Schilinski---0461-62413, nikoschilinski7@gmail.com

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
<u>Campusbad</u>	<u>"Online Gymnastik"</u>	<u>Outdoor Parkplatz Solitude</u>	<u>Campusbad</u>		
Wasseergymn.	Silly Jessen	Stefan Prause	Wassergym.		
Eva Winter	9.30 - 10.15	9.00 - 10.00	Sylke Jessen		
10.15-11.00 1.Gruppe	<u>Campusbad</u>	<u>Theaterschule</u>	12.30-13.15 1.Gr.		
11.15-12.00 2.Gruppe	Wassergymnastik	Entspannung & Mehr	13.15-14.00 2.Gr.		
Aqua-Jogging	Heidi Schlünzen	Qigong + Zuzahl.			
Eva Winter	10.45-11.30 1.Gr.	Michaela Becker			
14.30 - 15.15	11.30-12.15 2.Gr.	10.30 - 11.30			
	12.15-13.00 3.Gr.	<u>Campusbad</u>			
<u>Jörgensbyskolen</u>	<u>Marienhölung</u>	Wassergymnastik			
"Fit ab 50"	Nordic Walking	Sylke Jessen	<u>Theaterschule</u>		Sonntag
Stefan Prause	Stefan Prause	08.30-09.15 1.Gr.	Body & Balance + Zuzahl.		<u>Sporthalle MS Mürwik</u>
17.00 - 18.00	15.00 - 16.00	09.15-10.00 2.Gr.	Dagmar Geburzky		Ballsport
<u>Jörgensbyskolen</u>	<u>Campusbad</u>	Karen Paulsen	10.00 - 11.00 Uhr		Nikolaus Schilinski
Gymnastik	Wassergymnastik	15.00-15.45 1.Gr.	<u>Campusbad</u>		10.00 - 12.00
Heidi Schlünzen	Linda Radtke	16.00-16.45 2.Gr.	WG		
18:15 - 19:30	18.00-18.45 1.Gr.	<u>Pestalozzischule</u>	Karen Paulsen		
	18.45-19.30 2.Gr.	Rückenschule	14.00-14.45 1.Gr.		
	Ulrike Danielsen	17.00-17.45 1.Gr.	15.00-15.45 2Gr.		
	19.30-20.15 1.Gr.	17.45-18.30 2.Gr.			
	20.15-21.00 2.Gr.	<u>Kegelbahn SVA</u>			
	Aqua-Jogging	Kegeln - 14tägig			
	Karen Paulsen	Rolf Schlünzen			
	19.00-19.45 1.Gr.	17.00 - 19.00			
	19.45-20.30 2.Gr.				
	Flossenschwimmen				
	Peter Kopsch				
	20.00 - 21.30				

* Sportabzeichen-> Rainer Hora *
Nikol. Schilinski

Freies Schwimmen

Frithjof Bendixen

20.00-21.00

Campusbad

Aqua-Jogging

Susanne Klöcker

20.00-20.45 1.Gr.

20.45-21.30 2.Gr.

Für Qigong + Body & Balance kommt jeweils eine Zuzahlung (je nach Monat u.mögl. Einheiten 1,00 €) zum monatlichen Beitrag dazu.

****Sportabzeichen können abgenommen werden. ******

Stand ab 01.11.2023

Sportabzeichen: Rainer Hora Rolf Schlünzen **Termine:** ganzjährig nach Vereinbarung