

SGR Flensburg---Vereinsangebot

Kontakt: Uschi Langenberg — 0176 66 30 81 80 — sgr.flensburg-zweite@gmx.de

Kontakt: Niko Schilinski — Sportwart — 0461-62413 — nikoschilinski7@gmail.com

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Sonntag
<p><u>Campusbad</u> Wassergymnastik Victoria Pfaff 10.15-11.00 1.Gruppe 11.00-11.45 2.Gruppe 11.45-12.30 3.Gruppe Torsten Stremming 12.30-13.15 1.Gruppe 13.15-14.00 2.Gruppe</p> <p><u>Jörgensbyskolen</u> Orthopädische Gymnastik Heidi Schlünzen 17.00-18.00 1.Gruppe 18.00-19.00 2.Gruppe</p> <p><u>AWO Servicehaus Sandberg</u> Hockergymnastik Torsten Stremming 17.30-18.15 1.Gruppe 18.15-19.00 2.Gruppe</p> <p><u>Wo</u> <u>Schwarz</u> Was Blau Wer Grün</p>	<p><u>Campusbad</u> Wassergymnastik Heidi Schlünzen 10.45-11.30 1.Gruppe 11.30-12.15 2.Gruppe 12.15-13.00 3.Gruppe Susanne Klöcker 18.00-18.45 1.Gruppe 18.45-19.30 2.Gruppe Ulrike Danielsen 19.30-20.15 1.Gruppe 20.15-21.00 2.Gruppe Aqua-Jogging Karen Paulsen 19.00-19.45 1.Gruppe 19.45-20.30 2.Gruppe Flossenschwimmen Peter Kopsch 20.00-21.30 Orthopädisches Schwimmen Torsten Stremming Frithjof Bendixen 20.00-21.00</p> <p><u>Online</u> Online Gymnastik Sylke Jessen 09.30-10.15 <u>Marienhöhlung</u> Nordic Walking Stefan Prause 15.00-16.00</p>	<p><u>Campusbad</u> Wassergymnastik Sylke Jessen 09.00-09.45 1.Gruppe 09.45-10.30 2.Gruppe Aqua-Jogging Torsten Stremming 14.30-15.15 1.Gruppe 15.15-16.00 2.Gruppe Wassergymnastik Karen Paulsen 15.00-15.45 1.Gruppe 16.00-16.45 2.Gruppe Aqua-Jogging Susanne Klöcker 20.00-20.45 1.Gruppe 20.45-21.30 2.Gruppe</p> <p><u>Parkplatz Solitude</u> Outdoor Sport Stefan Prause 09.00-10.00 <u>Theaterschule</u> Entspannung&Mehr Qigong + Zuzahlung Michaela Becker 10.30-11.30 <u>Pestalozzische</u> Orthopädische Gymnastik Rückenschule Marion Thomsen 17.00-17.45 Orthopädische Gymnastik Stepper Fitness Marion Thomsen 17.45-18.30 <u>Kegelbahn SVA</u> Kegeln 1.u.3. Mittw. Rolf Schlünzen 17.00-19.00</p>	<p><u>Campusbad</u> Wassergymnastik Sylke Jessen 12.30-13.15 1.Gruppe 13.15-14.00 2.Gruppe Aqua-Jogging Torsten Stremming 13.30-14.15 Wassergymnastik Karen Paulsen 14.00-14.45 1.Gruppe 15.00-15.45 2.Gruppe</p> <p><u>Theaterschule</u> Ausgleichsgymnastik + Zuzahlung Dagmar Geburzky 10.00-11.00</p>	<p><u>Sporthalle MS Mürwik</u> Ballsport Niko Schilinski 10.00-12.00</p> <p>Sportabzeichen Termin-Vereinbarung und Abnahme durch Rainer Hora Niko Schilinski Kontakt: 0461-62413 nikoschilinski7@gmail.com</p> <p>In der <u>Theaterschule</u> kommt jeweils eine Zuzahlung von 1 €uro zur Übungseinheit.</p> <p>Unsere REHA-Übungsleiter sind durch den RBSV-SH lizenziert.</p> <p style="text-align: right;">Stand: 2025-01-10</p>