

# SGL: Sport - Gesundheit - Lebensfreude im TuS Sudweyhe / Erker

## Kurs- und Langzeitangebote von April bis Juni 2023

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
				LZA 4.14
				9:00 – 9:45
				<b>Reha Wirbelsäulengymnastik</b> mit Monika
Kurs 31 – Start: 17.04.2023	LZA 4.6	Kurs 26.4 – Start: 19.04.2023		LZA 4.11
10.00 – 11.00	10.15 – 11.00	10.00 – 11.00		10.00 – 10.45
<b>Yoga</b> mit Sabine	<b>Reha Wirbelsäulengymnastik</b> mit Elke	<b>Pilates</b> mit Monika		<b>Reha Wirbelsäulengymnastik</b> mit Monika
Kurs 31.3 – Start: 17.04.2022	LZA 4.7			
11.15 – 12.15	11.15 – 12.00			
<b>Yoga</b> mit Sabine	<b>Reha Wirbelsäulengymnastik</b> mit Elke			
	Kurs 38 – Start: auf Anfrage 15.00 – 16.15			
	<b>Erlebnisgruppe Krabbelkinder</b> mit Yvonne			
LZA 4.3	Kurs 26.3 a – Start: 18.04.2023	LZA 4.13	LZA 5	
16.00 – 16.45	16.30 – 17.30	17.15 – 18.00	16.30 – 17.30	
<b>Reha Wirbelsäulengymnastik</b> mit Elke	<b>Pilates</b> mit Monika	<b>Reha Wirbelsäulengymnastik</b> mit Elke	<b>Breakdance</b> mit Michel	
LZA 4.8	Kurs 26.3 – Start: 18.04.2023	LZA 4.9	Kurs 31.2 – Start: 13.04.2023	
17.00 – 17.45	17.45 – 18.45	18.15 – 19.00	18.00 – 19.00	
<b>Reha Schulter/Nacken</b> mit Elke	<b>Pilates</b> mit Monika	<b>Reha Wirbelsäulengymnastik</b> mit Elke	<b>Yoga</b> mit Sabine	
Kurs 8 – Start: 17.04.2023	Kurs 16 – Start: 18.04.2023	Kurs 42 – Start: 26.04.2023	Kurs 31.1 – Start: 13.04.2023	
18.00 – 19.00	19.00 – 20.00	19.15 – 20.15	19.15 – 20.15	
<b>Fit und Fun</b> mit Elke	<b>Man - Power</b> mit Ina	<b>Tabata</b> mit Jenny	<b>Yoga</b> mit Sabine	
LZA 4.12				
19.15 – 20.00				
<b>Reha Wirbelsäulengymnastik</b> mit Janine				
		<b>Kursangebot (Kurs)</b>	=> <b>Kurzmitgliedschaft</b>	<b>Raiffeisenstr. 8, 28844 Weyhe</b> <b>www.tus-sudweyhe.de</b>
<b>Stand: März 2023</b>		<b>Langzeitangebot (LZA)</b>	=> <b>Vollmitgliedschaft</b>	<b>Tel: 04203/1330, Fax: 785573</b>