

Beckenboden-Training

Kurse 2024 im TV-Bierstadt
in der Turnhalle Am Speiergarten 32 in Bierstadt

1. Montag um 8:45 Uhr vom 15.01. bis 05.02.2024:

4 Treffen: 15.01., 22.01., 29.01., 05.02.2024

Kursleiterin: Lydia Snethlage

8 Euro für Mitglieder, **20 Euro** für Nicht-Mitglieder

Anmeldung in der TVB-Geschäftsstelle

per Mail: TV1881bierstadt@t-online.de oder Tel.: 0611 / 50 00 189.

2. Freitag um 10:15 Uhr vom 23.02. bis 26.04.2024:

8 Treffen: 23.02., 01.03., 15.03., 22.03., 05.04., 12.04., 19.04., 26.04.2024

!!! NICHT am 08.03.+ 29.03.2024!!!

Kursleiterin: Christiane Schäfer

16 Euro für Mitglieder, **40 Euro** für Nicht-Mitglieder

Anmeldung bei Christiane Schäfer

per Mail: schaefer.ch@web.de oder Tel.: 0611 / 50 99 98.

3. Freitag um 10:15 Uhr vom 31.05. bis 21.06.2024:

4 Treffen: 31.05., 07.06., 14.06., 21.06.2024

Kursleiterin: Christiane Schäfer,

8 Euro für Mitglieder, **20 Euro** für Nicht-Mitglieder,

Anmeldung bei Christiane Schäfer

per Mail: schaefer.ch@web.de oder Tel.: 0611 / 50 99 98.

4. Montag um 8:45 Uhr vom 01.07. bis 05.08.2024:

6 Treffen: 01.07., 08.07., 15.07., 22.07., 29.07., 05.08.2024

Kursleiterin: Lydia Snethlage

12 Euro für Mitglieder, **30 Euro** für Nicht-Mitglieder

Anmeldung in der TVB-Geschäftsstelle

per Mail: TV1881bierstadt@t-online.de oder Tel.: 0611 / 50 00 189.

5. Montag um 8:45 Uhr vom 16.09. bis 14.10.2024:

5 Treffen: 16.09., 23.09., 30.09., 07.10., 14.10.2024

Kursleiterin: Lydia Snethlage

10 Euro für Mitglieder, **25 Euro** für Nicht-Mitglieder

Anmeldung in der TVB-Geschäftsstelle

per Mail: TV1881bierstadt@t-online.de oder Tel.: 0611 / 50 00 189.

6. Freitag um 10:15 Uhr vom 25.10. bis 13.12.2024:

8 Treffen: 25.10., 01.11., 08.11., 15.11., 22.11., 29.11., 06.12., 13.12.2024

Kursleiterin: Christiane Schäfer,

16 Euro für Mitglieder, **40 Euro** für Nicht-Mitglieder,

Anmeldung bei Christiane Schäfer

per Mail: schaefer.ch@web.de oder Tel.: 0611 / 50 99 98.

Die Kurse finden als Hybridveranstaltungen (live in der Turnhalle und online über Zoom) statt.