

# Beckenboden-Training

## Kurse Mai bis Dezember 2025 im TV-Bierstadt

in der Turnhalle Am Speiergarten 32 in Bierstadt

### 3. Freitag um 10:15 Uhr vom 09.05. bis 20.06.2025:

6 Treffen: 09.05., 16.05., 23.05., 06.06., 13.06., 20.06.2025  
**(NICHT am 30.05.2025!)**

Kursleiterin: Christiane Schäfer,  
**12 Euro** für Mitglieder, **30 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 30.06. bis 28.07.2025:

5 Treffen: 30.06., 07.07., 14.07., 21.07., 28.07.2025

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.

### 5. Freitag um 10:15 Uhr vom 01.08. bis 19.09.2025:

8 Treffen: 01.08., 08.08., 15.08., 22.08., 29.08., 05.09., 12.09., 19.09.2025

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

### 6. Freitag um 10:15 Uhr vom 17.10. bis 12.12.2025:

8 Treffen: 17.10., 24.10., 31.10., 07.11., 14.11., 21.11., 05.12., 12.12.2025  
**(NICHT am 28.11.2025!)**

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.