

### Terminübersicht Familienangebote 1. Quartal 2023

Kurs Nr.	Kursbezeichnung Gruppenstärke: 8 - 12/20 Teilnehmer	Tag	Zeiten	Kurszeitraum	Kursort	Unterrichts- stunden	Gebühr €
4-HB 1-1/23	RundumFit - SeniorenFit Ganzheitlich in Bewegung	Montag	9:00 h - 10:00 h	09.01. - 03.04.2023	SGBZ Niermannsweg 10	12	108,00 €
4-HB 2-1/23	RundumFit - SeniorenFit Ganzheitlich in Bewegung	Montag	10:15 h - 11:15 h	09.01. - 03.04.2023	SGBZ Niermannsweg 10	12	108,00 €
5-U1 Monat /23	Reha Sport - Herzsport; mit Verordnung	Montag	17:00 h - 18:30 h	Monatsbeitrag Selbstzahler / keine Kassenleistung	Brosstr. 5, Wichernschule Unterbach	42 Einheiten im Jahr	35,00 €
4-FZ 1-1/23	Faszien - flexibel durchs Leben	Montag	17:45 h - 18:45 h	09.01. - 03.04.2023	SGBZ Niermannsweg 10	12	132,00 €
4-HB 7-1/23	RundumFit Ganzheitlich in Bewegung	Dienstag	19:00 h - 20:00 h	10.01. - 04.04.2023	SGBZ Niermannsweg 10	13	117,00 €
Workshops / Seminare / Vorträge / Veranstaltungen	Vortrag Erkältungskrankheiten bei Kindern - Klassisch & Alternativ beleuchtet incl. Anwendungspraxis	Samstag	11:00 - 12:30 h	14.01.2023	SGBZ Niermannsweg 10	Anmeldung erforderlich	5,-€ p. Teilnahme
	Vortrag Kinderkrankheiten - Aufklärung & Umgang	Samstag	11:00 - 12:30 h	25.02.2023	SGBZ Niermannsweg 10	Anmeldung erforderlich	5,-€ p. Teilnahme
	Vortrag Allergien bei Kindern - Klassisch & Alternativ beleuchtet von Heuschnupfen, über Asthma bis Neurodermitis incl. Anwendungspraxis	Sonntag	11:00 - 12:30 h	11.03.2023	SGBZ Niermannsweg 10	Anmeldung erforderlich	5,-€ p. Teilnahme
	Vortrag mit Praxiseinheit Qi Gong zum Kennenlernen	Samstag	10:00 - 12:30 h	04.02.2023	SGBZ Niermannsweg 10	Anmeldung erforderlich	10,-€ p. Anmeldung
	MitmachZirkus - Familientag 1.Gr. Kindergartenalter oder 2.Gr. Grundschulalter; plus Begleitperson	Sonntag	1.Gr. 10:00 h - 13:00 h 2.Gr. 14:00 h -17:00 h	05.02.2023 / 05.03.2023	Ort wird noch bekanntgegeben	Anmeldung erforderlich	1. Kind, bzw. Erw. - 20,00 € jedes weitere Kind, bzw. Erw. - 10,00 € Begleitpers.- 6,00 €
	Osterferien Kinderbetreuung (Grundschulalter) MitmachZirkus (incl. Mittagessen & Obstsnack)	Dienstag -Freitag	09:00 - 16:00 h	11.04. - 14.04.2023	SGBZ Niermannsweg 10	Anmeldung erforderlich	220,-€ p. Kind (incl. Mittagessen & Snack)
	Feierabendflohmarkt für Kindersachen offene Teilnahme am MitmachZirkus	Freitag	16.00 h -20.00 h	21.04.2023	Sportplatz SCU / SGBZ Niermannsweg 10	Stände bitte anmelden	Außenstände kostenfrei / begrenzte Leihische 8,-€ / Tisch
5-End1 Monat /23	Reha Sport - Orthopädie - Hockergymnastik; mit Verordnung	Mittwoch	9:00 h - 10:00 h	Monatsbeitrag Selbstzahler / keine Kassenleistung	SGBZ Niermannsweg 10	42 Einheiten im Jahr	34,00 €
4-HB 8-1/23	RundumFit - SeniorenFit Ganzheitlich in Bewegung	Mittwoch	10:15 h - 11:15 h	11.01. - 05.04.2023	SGBZ Niermannsweg 10	13	117,00 €
5-R6 Monat /23	Reha Sport - Orthopädie; mit Verordnung	Mittwoch	11:30 h - 12:30 h	Monatsbeitrag Selbstzahler / keine Kassenleistung	SGBZ Niermannsweg 10	42 Einheiten im Jahr	34,00 €
4-Yo 1-1/23	Kundalini - Yoga	Mittwoch	18:15 h - 19:45 h	11.01. - 05.04.2023	SGBZ Niermannsweg 10	13	175,50 €
4-HB 12-1/23	RundumFit Ganzheitlich in Bewegung	Donnerstag	9:00 h - 10:00 h	12.01. - 06.04.2023	SGBZ Niermannsweg 10	13	117,00 €
4-HB 11-1/23	RundumFit Ganzheitlich in Bewegung	Donnerstag	10:15 h - 11:15 h	12.01. - 06.04.2023	SGBZ Niermannsweg 10	13	117,00 €
4-YY 1-1/23	Yin - Yoga Mit Ruhe & Entschleunigung zu mehr Flexibilität	Donnerstag	19:30 h - 21:00 h	12.01. - 06.04.2023	SGBZ Niermannsweg 10	12	162,00 €
5-H1 Monat /23	Reha Sport - Herzsport - Hockerguppe; mit Verordnung	Freitag	09:30 h - 11:00 h	Monatsbeitrag Selbstzahler / keine Kassenleistung	SGBZ Niermannsweg 10	42 Einheiten im Jahr	30,00 €
5-U3 Monat /23	Reha Sport - Herzsport; mit Verordnung	Freitag	17:30 h - 19:00 h	Monatsbeitrag Selbstzahler / keine Kassenleistung	Brosstr. 5, Wichernschule Unterbach	42 Einheiten im Jahr	35,00 €

Die Kursangebote können an unterschiedlichen Orten stattfinden.