

Donnerstag

16.00-16.45 Uhr Ausdauer im Wasser/ Aquajogging
LVR-Förderschule

16.00-17.30 Uhr Asthma & COPD-Sport
Gartenstraße 1A

16.00-17.00 Uhr Herzinsuffizienzsport
Klinik Roderbirken

16.00-16.45 Uhr Wirbelsäulengymnastik
LVR-Förderschule

16.45-17.30 Uhr Wassergymnastik
LVR-Förderschule

16.45-18.15 Uhr Motopädagogik
LVR-Förderschule, Halle/ Wasser

17.30-18.15 Uhr Wirbelsäulengymnastik
LVR-Förderschule

18.15-19.00 Uhr Wassergymnastik
LVR-Förderschule

18.00-19.00 Uhr Walking
Treffpunkt nach Absprache

18.15-19.45 Uhr Herzsport, ÜG
LVR-Förderschule, Halle/ Wasser

19.00-20.30 Uhr Herzsport Prellball, TG
LVR-Förderschule, Halle/ Wasser

19.45-21.15 Uhr Herzsport, ÜG
LVR-Förderschule, Halle/ Wasser

20.00-21.00 Uhr Wassergymnastik
Blütenbad

Bogensport

Die Trainingszeiten unserer Bogensportler werden derzeit überarbeitet.

Die neuen Termine erfahren Sie demnächst in unserer Geschäftsstelle.

Stand: 04-2011

Freitag

15.00-16.00 Uhr Schwimmen für Erwachsene
LVR-Förderschule

16.00-17.00 Uhr Therap. Schwimmen für Kinder (A)
LVR-Förderschule

17.00-18.00 Uhr Therap. Schwimmen für Kinder (F)
LVR-Förderschule

Heilpädagogisches Reiten und Voltigieren (HpR+V)

Individuelle Terminabsprache notwendig

Martina Rohland: 02 14 - 8 69 21 97

Renate Kasten: 0 21 71 - 3 32 29



BEHINDERTENSPORT (BS) LEICHLINGEN E. V.

Gartenstraße 1 A
42799 Leichlingen
www.bs-leichlingen.de

Telefon: 0 21 75 - 91 92
Fax: 0 21 75 - 97 93 42
E-Mail: info@bs-leichlingen.de

Bankverbindung
Kreissparkasse Köln
BLZ 37050299 * Kto 370305503



Ihr Partner für Rehabilitation und Prävention

Vereinsprogramm

gültig ab Mai 2011



www.bs-leichlingen.de

Montag

- 8.30- 9.30 Uhr Walking
Hasensprung
- 16.00-16.45 Uhr Wirbelsäulengymnastik
LVR-Förderschule
- 16.45-17.30 Uhr Wassergymnastik
LVR-Förderschule
- 16.45-18.15 Uhr Motopädagogik
LVR-Förderschule, Halle/ Wasser
- 17.30-18.15 Uhr Wirbelsäulengymnastik
LVR-Förderschule
- 18.15-19.00 Uhr Wassergymnastik
LVR-Förderschule
- 18.00-18.45 Uhr Aquapower (Wassertiefe: 1,30m)
Klinik Roderbirken
- 20.00-21.30 Uhr Rollisport
LVR-Förderschule
- 20.00-21.30 Uhr Badminton
Turnhalle Realschule



**17.00-18.00 Uhr Herzsport, Klinik Roderbirken
für Nicht-Mitglieder**

- 18.00-19.30 Uhr Herzsport, ÜG
Klinik Roderbirken, Halle/ Wasser
- 18.45-20.15 Uhr Herzsport Prellball TG
Klinik Roderbirken, Halle/ Wasser
- 19.30-21.00 Uhr Herzsport, ÜG
Klinik Roderbirken, Halle/ Wasser

Dienstag

- 16.00-16.45 Uhr Wassergymnastik
LVR-Förderschule
- 16.00-16.45 Uhr Wirbelsäulengymnastik
LVR-Förderschule
- 16.45-17.30 Uhr Wassergymnastik
LVR-Förderschule
- 16.45-17.30 Uhr Osteoporosegymnastik
LVR-Förderschule



- 16.15-17.45 Uhr Herzsport, HG
Klinik Roderbirken, Halle
- 17.30-18.15 Uhr Wassergymnastik
LVR-Förderschule
- 17.45-18.30 Uhr Wirbelsäulengymnastik
LVR-Förderschule
- 18.30-19.15 Uhr Wassergymnastik
LVR-Förderschule
- 18.30-19.15 Uhr Aquafitness (Wassertiefe: 1,30m)
Klinik Roderbirken
- 19.15-20.45 Uhr Herzsport, ÜG
Klinik Roderbirken, Halle/ Wasser

Mittwoch

- 9.00-10.00 Uhr Walking
Hasensprung
- 15.00-17.00 Uhr Mittwochsmaier
DRK, Infos S. Sauer: 02 14-4 31 05
- 16.00-17.15 Uhr Nordic Walking
Treffpunkt nach Absprache
- 16.00-17.30 Uhr Spiel und Spaß in Halle und Wasser
LVR-Förderschule
- 16.45-17.30 Uhr Fit ab 18
LVR-Förderschule
- 17.30-18.15 Uhr Wirbelsäulengymnastik
LVR-Förderschule
- 18.15-19.00 Uhr Wassergymnastik
LVR-Förderschule



- 18.15-19.00 Uhr Wirbelsäulengymnastik
LVR-Förderschule
- 19.00-19.45 Uhr Wassergymnastik
LVR-Förderschule