



Reha-Sportgemeinschaft Barntrup e.V.

Reha-Sportgemeinschaft Barntrup e.V.

Barntrup: Holstenkamp – Turnhalle

Montag

- 18.00 Uhr **Osteoporose**
ÜL: Sonja Krüger
- 18.00 Uhr **Wirbelsäulengymnastik I**
ÜL: Doris Tölle
- 19.00 Uhr **Wirbelsäulengymnastik II**
ÜL: Doris Tölle
- 18.30 Uhr **Bosseln**
Werner Kißner
- 19.00 Uhr **Powergymnastik für
dynamisch aktive Leute**
ÜL: Gesche Haase

Mittwoch (Feierraum)

- 15.00 Uhr **Hockergymnastik**
ÜL: Manuela Höft

Donnerstag (Feierraum)

- 18.45 Uhr **Wirbelsäulengymnastik III**
ÜL: Sonja Krüger

Barntrup: Grundschule – Turnhalle

Montag

- 18.00 Uhr **Osteoporose 2**
ÜL: Christiane Grascha
- 19.00 Uhr **Wirbelsäulengymnastik IV**
ÜL: Christiane Grascha

Dienstag

- 19.00 Uhr **Kräftigungsgymnastik**
ÜL: Manuela Höft

Barntrup: Kita Rote Schule

Donnerstag

- 18.00 Uhr **Lungensport**
ÜL: Doris Tölle

Alverdissen: Mehrzweckhalle

Montag

- 19.00 Uhr **Bauch, Beine, Po**
ÜL: Hannelore Sültemeyer

Mittwoch

- 15.30 Uhr **Aktiv im Alter**
ÜL: Anne Köller

Bega: Turnhalle

Montag

- 09.30 Uhr **Fit am Morgen**
ÜL: Doris Tölle

Humfeld: Turnhalle

Donnerstag

- 15.45 Uhr **Kräftigungsgymnastik
für Senioren**
ÜL: Susanne Carnovale

Sonneborn: Turnhalle

Freitag

- 15.00 Uhr **Kräftigungsgymnastik
für Senioren**
ÜL: Sandra Neumann



**Wir bieten auch
Gymnastik im Wasser**

**Bad Pyrmont: im Sole-Bad
Klinik „Der Fürstenhof“**

Montag

18.00 Uhr ÜL: Dagmar Nitschke

Mittwoch

18.00 Uhr ÜL: Aleksander Yankov

Freitag

16.30 Uhr ÜL: Lena Uljanenko
17.15 Uhr ÜL: Lena Uljanenko
18.00 Uhr ÜL: Lena Uljanenko

Schieder: Gesundheitszentrum

Im Winter (Oktober – März)

Samstag

11.00 Uhr

Im Sommer (April – September)

Donnerstag

18.00 Uhr

Weitere Angebote

Alverdissen: Mehrzweckhalle

Sportschießen

2 x im Monat Schießwart: Werner Kißner

Ihre Vorteile bei uns:

- Qualifizierte Übungsleiter
- Sehr gute Gymnastik
- Jede Menge Spaß
- Viele Unternehmungen
- Eine starke Gemeinschaft
- Über Reha-Verordnung, als Privatzahler oder als Gutschein

Weitere Informationen erteilen

Reha-Sportgemeinschaft Barntrup e.V.
Udo Kuhlmann, Bahnhofstr. 44,
32694 Dörentrup, Tel. **05 263 – 12 05**
Fax: 05 263 – 95 65 677
eMail: rsg-barntrup@t-online.de
www.reha-sportgemeinschaft-barntrup.de

Hannelore Sültemeyer

Tel. **05 262 – 16 70**

**Eine kostenlose Probestunde ist
während unserer Übungseinheiten
jederzeit möglich (außer Wassergymnastik).**

***Lust auf „Mehr“ bekommen?
Dann freuen wir uns auf Sie!***

**Rehabilitation
Gesundheitssport
Prävention**



In
Barntrup, Alverdissen, Bega,
Humfeld, Sonneborn,
Bad Pyrmont, Schieder

**Wassergymnastik und
Trockengymnastik**

Reha-Sportangebote

Stand Dezember 2018