

VFL 1848 BAD KREUZNACH E.V.

Hochstraße 27 - 55545 Bad Kreuznach

Tel. 0671/32278 - Fax 0671/30811

Tennisclubheim 0671/34201

Kanuheim 0671/41554



e-mail: geschaeftsstelle@vfl-1848.de - Homepage: www.vfl-1848.de

SOMMERFERIEN-ANGEBOT

2010

05.07. - 13.08.

Voraussetzung zur Teilnahme an den angebotenen Aktivitäten ist eine Mitgliedschaft im VfL 1848 Bad Kreuznach

SPORTART	DATUM	ORT	ZEIT	LEITUNG	
MONTAG					
Gymnastik Fr.+Männer	05.07.	Jahnhalle	09.30-10.30	Schöffel	
Wanderung zum VfL-Tennisheim	12.07.	Treffp.Jahnhalle	09.00 Uhr	Schöffel	
Turnen 3-+4jährige	05.+12.07.	Jahnhalle	15.00-16.00	Schmidt/Druckenm.	
Flexibar-Training	5x 12.07.-09.08.	Jahnhalle	19.00-20.00	Elhardt	
Tischtennis Fr.+Männer	ganze Ferien	Jahnhalle	10.00-12.00	Krings	
Fitness-Center geöffnet	ganze Ferien	Jahnhalle	10.30-12.00	Gölz	
und	ganze Ferien	Jahnhalle	17.00-21.00	Abteilung	
Ringens	ganze Ferien	Ringerraum	16.00-21.00	Eich/Goretzki	
Canteras (Showtanz ab 10J.)	ab 12.7.	Jahnhalle	17.00-19.30	Wohlleben	
Walking/Nordic-Walking	ganze Ferien	Parkpl.Stadion Sal.	18.30-20.00	Feller-Ovie	
AIKIDO	ganze Ferien	Jahnhalle Dojo	20.00-22.00	Noll	
DIENSTAG					
Bodystyling	6.+13.+20.+27.7.	Jahnhalle	10.00-11.00	Kurz	
rhythmische Gymnastik Kinder	6.+13.7.	Jahnhalle	16.00-17.00	Schmidt	
Fitnesscenter geöffnet	ganze Ferien	Jahnhalle	17.00-21.00	Albrecht	
Style&Stretch	5X ab 13.7.	Jahnhalle	19.00-20.00	Elhardt	
Ringens	ganze Ferien	Ringerraum	19.00-21.00	Helbing	
Iaido	ganze Ferien	Jahnhalle	19.30-22.00	Klein	
Ju-Jutsu	ganze Ferien	Jahnhalle	20.00-22.00	Kühl	
MITTWOCH					
Sport nach Krebs/Frauen	07.+14.07.	Jahnhalle	09.30-10.30	Schöffel	
Turnen ab 5J.	07.+14.07.	Jahnhalle	14.30-17.30	Schmidt/Druckenm.	
Fitnesscenter geöffnet	ganze Ferien	Jahnhalle	10.30-12.00	Gölz	
und	ganze Ferien	Jahnhalle	17.00-21.00	Speh	
Ringens	ganze Ferien	Ringerraum	16.00-21.00	Eich	
Basketball	ganze Ferien	Jahnhalle	17.00-22.00	Abteilung	
Aikido	ganze Ferien	Jahnhalle Dojo	19.00-22.00	Klein	
DONNERSTAG					
Bauch,Beine,Po	8.+15.+22.+29.7	Jahnhalle	10.00-11.00	Kurz	
Seniorengymnastik 70 +	08.+15.07.	Jahnhalle	15.00-16.00	Schöffel	
Diabetiker-Gruppe kl.Spaziergang	08.07.	Treffp.Saliental am Palace	9.00Uhr		
Qi Gong	05+12.08.	Jahnhalle	10.30-11.30	Bär	
Tanzkreis	ganze Ferien	Jahnhalle	14.30-16.00	Pispers	
Basketball	ganze Ferien	Jahnhalle	18.00-22.00	Abteilung	
Ju-Jutsu	ganze Ferien	Jahnhalle	19.00-21.00	Abt/Kolbe	
Fitness-Center geöffnet	ganze Ferien	Jahnhalle	18.00-21.00		
FREITAG					
Venen-Fit	9.+16.7.	Jahnhalle Dojo	09.30-10.30	Schöffel	
Ringens	ganze Ferien	Ringerraum	16.00-21.00	Goretzki	
Fitnesscenter geöffnet	ganze Ferien	Jahnhalle	16.00-21.00		
Sport nach Krebs + Nackenschule	9.+16.7.	Jahnhalle Dojo	16.00-17.09		
Tischtennis	ganze Ferien	Jahnhalle Dojo	16.15-22.00		
Canteras + Las Chicas(Showtanz)	ab 16.7.	Jahnhalle	16.30-21.00	Wohlleben/Schwamb.	
Judo (Erwachsene)	ganze Ferien	Jahnhalle Dojo	19.00-21.00	Teutsch	
Walking/Nordic-Walking	ganze Ferien	Treffp.Parkpl.Saliental	19Uhr	Feller-Ovie	
SAMSTAG					
Wellnesstag für Frauen	17.07.	Jahnhalle	10.00-14.00	Buschner	nur mit Anmeldung!
Workshop Yoga+Qi Gong	31.07.	Jahnhalle	10.30-15.00	Bär	nur mit Anmeldung!
Workshop Fußreflexzonenmassage	07.08.	Jahnhalle	10.30-14.00	Bär	nur mit Anmeldung!