

Fit und Gesund

VGS Kurse 2/2019

E*Neueinsteiger/M*Vereinsmitglieder

	Kurs	Tag	Zeit	Zeitraum	Preis E/M*	Ort
S2	Rücken Plus	Mo	10:00 - 11:00	06.05.19 - 08.07.19	80,00/70,00	Allerheiligen
R2	Rücken Basic	Mo	17:15 - 18:15	06.05.19 - 08.07.19	80,00/70,00	Gnadental
T2	Aquafitness	Mo	12:00 - 12:45	08.04.19 - 08.07.19	109,00/99,00	Südbad
I2	Aquafitness	Mo	12:45 - 13:30	08.04.19 - 08.07.19	109,00/99,00	Südbad
V2	Aquafitness	Mo	13:30 - 14:15	08.04.19 - 08.07.19	109,00/99,00	Südbad
D2	Aquafitness	Mo	14:15 - 15:00	08.04.19 - 08.07.19	109,00/99,00	Südbad
Y2	Yoga I *	Di	17:00 - 18:30	30.04.19 - 09.07.19	99,00/89,00	Holzheim
Y3	Yoga II *	Di	18:30 - 20:00	30.04.19 - 09.07.19	99,00/89,00	Holzheim
X2	Pilates *	Di	17:00 - 18:00	30.04.19 - 09.07.19	75,00/68,00	Dreikönigen
M2	Yoga Anfänger *	Di	18:00 - 19:00	19.03.19 - 04.06.19	80,00/72,00	Dreikönigen
F1	Nordic Walking Anfä.	Di	18:00 - 19:30	ab 19.März	85,00/75,00	Reuschenberg
K2	Rückenger. Krafttraining	Do	09:30 - 11:30	02.05.19 - 11.07.19	90,00/80,00	Norf
E2	Aquafitness	Do	10:00 - 10:45	04.04.19 - 11.07.19	109,00/99,00	Südbad
A2	Aquafitness	Do	12:45 - 13:30	04.04.19 - 11.07.19	109,00/99,00	Südbad
G2	Aquafitness	Do	13:30 - 14:15	04.04.19 - 11.07.19	109,00/99,00	Südbad
H2	Aquafitness	Do	14:15 - 15:00	04.04.19 - 11.07.19	109,00/99,00	Südbad
B2	Aquafitness (abends)	Do	19:00 - 19:45	04.04.19 - 11.07.19	109,00/99,00	Südbad
W2	Aquafitness (abends)	Do	19:45 - 20:30	04.04.19 - 11.07.19	109,00/99,00	Südbad

Um Mißverständnissen vorzubeugen, erkundigen Sie sich bitte vorab bei Ihrer Krankenkasse über die Bezuschussung des gewünschten Angebot.

Bei vielen Kursangeboten erstattet die Krankenkasse normalerweise bis zu 80 % der Kosten!!

* Diese Kurse werden von den Krankenkassen nicht bezuschusst!

VGS, Jülicherstr. 19, 41464 Neuss, Tel: 02131-409589, vgs@vgs-neuss.de, www.vgs-neuss.de

VGS Neuss, Jülicherstr. 19, 41464 Neuss, Tel: 02131-409589, Fax: 02131-5235660, E- Mail: vgs@vgs-neuss.de, www.vgs-neuss.de