

Fit und Gesund!

VGS Kurse 2/2021

E*Neueinsteiger/M*Vereinsmitglieder

	Kurs	Tag	Zeit	Zeitraum	Preis E/M*	Ort
S2	Rücken Plus	Mo	10:00 - 11:00	22.11.21 - 31.01.22	90,00/80,00	Allerheiligen
R2	Rücken Basic	Mo	17:15 - 18:15	24.11.21 - 02.02.22	90,00/80,00	Gnadental
T2	Aquafitness	Mo	12:00 - 12:45	04.10.21 - 31.01.22	99,00/89,00	Südbad
I2	Aquafitness	Mo	12:45 - 13:30	14.11.21 - 21.02.22	99,00/89,00	Südbad
V2	Aquafitness	Mo	13:30 - 14:15	14.11.21 - 21.02.22	99,00/89,00	Südbad
D1	Aquafitness	Mo	14:15 - 15:00	14.11.21 - 21.02.22	99,00/89,00	Südbad
Y1	Yoga I *	Di	17:00 - 18:30	28.09.21 - 16.11.21	60,00/50,00	Holzheim
C1	Yoga II *	Di	18:30 - 20:00	28.09.21 - 16.11.21	60,00/50,00	Holzheim
L2	Aqua Schnupper	Di	20:00 - 20:45	28.09.21 - 22.01.22	99,00/89,00	Südbad
P3	Aqua Schnupper	Di	20:45 - 21:30	28.09.21 - 22.01.22	99,00/89,00	Südbad
X1	Pilates *	Di	17:00 - 18:00	24.08.21 - 21.12.21	120,00/110,00	Dreikönigen
M1	Yoga Anfänger *	Di	18:00 - 19:00	24.08.21 - 21.12.21	128,00/118,00	Dreikönigen
F1	Nordic Walking Anfä.	Di	18:30 - 20:00	07.09.21 - 09.11.21	129,00/119,00	Reuschenberg
K1	Rückenger.Krafttraining	Do	09:30 - 11:30	30.09.21 - 16.12.21	100,00/90,00	Norf
E2	Aquafitness	Do	10:00 - 10:45	30.09.21 - 21.01.22	99,00/89,00	Südbad
A2	Aquafitness	Do	12:45 - 13:30	28.10.21 - 03.02.22	99,00/89,00	Südbad
G2	Aquafitness	Do	13:30 - 14:15	28.10.21 - 03.02.22	99,00/89,00	Südbad
H2	Aquafitness	Do	14:15 - 15:00	28.10.21 - 03.02.22	99,00/89,00	Südbad
B2	Aquafitness (abends)	Do	19:00 - 19:45	30.09.21 - 21.01.22	99,00/89,00	Südbad
W2	Aquafitness (abends)	Do	19:45 - 20:30	30.09.21 - 21.01.22	99,00/89,00	Südbad

Um Mißverständnisse 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 alle 2 Jahre!!

* Diese Kurse werden von den Krankenkassen nicht bezuschusst!

VGS-Neuss e.V., Nixhütter Weg 98, 41468 Neuss, Tel.: 02131409589 Fax: 02131-5235660

Homepage www.vgs-neuss.de, e-mail: vgs@vgs-neuss.de