

Ganzkörper-Training ohne Geräte

7 Kurseinheiten

Donnerstags von 18.10 bis 19.10 Uhr

1 Euro pro Stunde, insgesamt 7 Euro

Kursleiterin: Olesya Depperschmidt

Kursort: Kommunales Jugendzentrum

Hindenburgstraße 47, 95445 Bayreuth

Kursbeginn am 09.02.2023 bis 30.03.2023

Bauch-Beine-Po

7 Kurseinheiten

Montags von 18.10 bis 19.10 Uhr

1 Euro pro Stunde, insgesamt 7 Euro

Kursleiterin: Alexandra Wolf

Kursort: Kommunales Jugendzentrum

Hindenburgstraße 47, 95445 Bayreuth

Kursbeginn am 06.02.2023 bis 27.03.2023

Schwimmen für Anfänger

10 Kurseinheiten

Dienstags von 18.30 bis 19.30 Uhr

Dienstags von 19.30 bis 20.30 Uhr

2 Euro pro Stunde, insgesamt 20 Euro

Kursleiterin: Andrea Seamann

Kursort: Stadtbad Bayreuth

Kolpingstraße 7, 95444 Bayreuth

Kursbeginn am 17.01.2023 bis 28.03.2023



mit Unterstützung von Soroptimist International-Bayreuth

eine weltweite Stimme
für Frauen



Information und Anmeldung:

Stadt Bayreuth

Amt für Soziales, Integration, Wohnen und
Inklusion

Projektkoordinatorin Alexandra Wolf

Kanalstraße 3, 95444 Bayreuth

Telefon: 0921 25-1121

E-Mail: alexandra.wolf@stadt.bayreuth.de

Mo. - Di. 11.00 bis 12.00 Uhr

Mi. - Fr. 09.00 bis 12.00 Uhr

Kommunales Jugendzentrum

Hindenburgstraße 47, 95445 Bayreuth

Mo. - Di. 09.00 bis 10.00 Uhr

Di. - Do. 18.00 bis 20.00 Uhr

Sportförderprojekt von Frauen für Frauen



Das BIG-Projekt: Bewegung als
Investition in Gesundheit

Unser Angebot für Frauen:

- Günstig und wohnortnah
- Spaß an Bewegung mit Musik
- Entspannung
- Möglichkeit, Frauen aus unterschiedlichen Kulturkreisen kennenzulernen

Anmeldung bei der Stadt Bayreuth, „BIG“-Projekt

Bitte Anmeldung vor Kursbeginn persönlich abgeben.
Quereinstieg über das ganze Semester möglich (ausgenommen Schwimmenlernen)

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Wohnort

Telefon, Telefax

E-Mail

Hiermit melde ich mich verbindlich für folgende Kurse an: (bitte Zutreffendes ankreuzen)

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Fitness- Aerobic | <input type="checkbox"/> Zumba Gold |
| <input type="checkbox"/> Schwimmen für Anfänger 18.30-19.30 | <input type="checkbox"/> Orientalischer Tanz |
| <input type="checkbox"/> Schwimmen für Anfänger 19.30-20.30 | <input type="checkbox"/> Hata Yoga |
| <input type="checkbox"/> Nordic Walking | <input type="checkbox"/> Ganzkörper-Training |
| <input type="checkbox"/> Pilates | <input type="checkbox"/> Bauch-Beine-Po |

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen für die Kurse des „BIG“-Projektes werden hiermit akzeptiert. Ich bestätige hiermit, dass mir die Allgemeinen Geschäftsbedingungen bei der Abgabe des Anmeldeformulars ausgehändigt wurden.

Ort, Datum

Unterschrift

Bitte hier abtrennen

Die Bewegungsangebote im Rahmen des Sportförderprojekts „BIG“ werden vom Amt für Soziales, Integration, Wohnen und Inklusion durchgeführt.

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) finden Sie im Projektbüro bzw. im Amt für Soziales, Integration, Wohnen und Inklusion. Diese AGB's werden Ihnen bei der Anmeldung ausgehändigt; Gerne können wir Ihnen die AGB's vorab auch zuschicken. Bezahlung: Bar, bei Kursbeginn, bei der Projektkoordinatorin, Alexandra Wolf.

In den Ferien findet kein Kurs statt.

Fitness-Aerobic

7 Kurseinheiten

Montags von 09.00 bis 10.00 Uhr

1 Euro pro Stunde, insgesamt 7 Euro

Kursleiterin: Alexandra Wolf

Kursort: Kommunales Jugendzentrum

Hindenburgstraße 47, 95445 Bayreuth

Kursbeginn am 06.02.2023 bis 27.03.2023

Hata Yoga

Dieser Kurs wendet sich an Personen, die noch keine Erfahrungen im Yoga haben.

Hier erwirbst Du Schritt für Schritt die Grundlagen der Asanas, sanfte Atemübungen und Entspannungstechniken. Beweglichkeit, Vitalität und Gesundheit sind die langfristigen Erfolge.

6 Kurseinheiten

Montags von 19.15 bis 20.15 Uhr

1 Euro pro Stunde, insgesamt 6 Euro

Kursleiterin: Alexandra Wolf

Kursort: Kommunales Jugendzentrum

Hindenburgstraße 47, 95445 Bayreuth

Kursbeginn am 06.02.2023 bis 27.03.2023

Pilates

7 Kurseinheiten

Dienstags von 9.00 bis 10.00 Uhr

1 Euro pro Stunde, insgesamt 7 Euro

Kursleiterin: Inge Butler

Kursort: Kommunales Jugendzentrum

Hindenburgstraße 47, 95445 Bayreuth

Kursbeginn am 07.02.2023 bis 28.03.2023

Orientalischer Tanz

7 Kurseinheiten

Donnerstags von 19.15 bis 20.15 Uhr

1 Euro pro Stunde, insgesamt 7 Euro

Kursleiterin: Ekaterina Haas

Kursort: Kommunales Jugendzentrum

Hindenburgstraße 47, 95445 Bayreuth

Kursbeginn am 09.02.2023 bis 30.03.2023

Zumba Gold (Zumba für Anfänger)

Eine einfachere und Gelenk schonendere Form von Zumba

7 Kurseinheiten

Dienstags von 19.15 bis 20.15 Uhr

1 Euro pro Stunde, insgesamt 7 Euro

Kursleiterin: Marina Antoniou

Kursort: Kommunales Jugendzentrum

Hindenburgstraße 47, 95445 Bayreuth

Kursbeginn am 07.02.2023 bis 28.03.2023

Nordic Walking Treff

(Kostenlos)

Donnerstags von 09.00 bis 10.00 Uhr

Kursleiterin: Alexandra Wolf

Treffpunkt: Röhrensee

Pottensteiner Straße 6, 95447 Bayreuth

Kursbeginn am 09.02.2023 bis 30.03.2023

Bitte mitbringen: Gute Laune, NW-Stöcke, sportliche Bekleidung im Zwiebelsystem, evtl. Gurt mit Trinkflasche.