

Behinderten-Sport-Freunde Frohnau e.V.

Kellenzeile 15 D, 13437 Berlin

Tel.: 030-66647174

E-Mail: f-voelkel-bsffrohnau@web.de

Internet: www.bsf-frohnau.beepworld.de



Lust auf gesunden Sport ?

**Wir suchen Interessierte, die sich sportlich
in kleinen Gruppen ohne Leistungsdruck betätigen möchten.**

montags: In der Werner-Frese-Turnhalle Invalidensiedlung,
Staehleweg 1, 13465 Berlin, direkt am Bus 125

- 10:00 - 11:00 Uhr **Rückentraining / Reha-Sport** für Erwachsene
- 11:00 - 12:00 Uhr **Rückentraining / Reha-Sport** für Erwachsene
- 15:30 - 16:30 Uhr **Gymnastik mit Musik für Frauen 60 +**
- 17:00 - 18:00 Uhr **Sport für Frauen mit Krebserkrankung**

dienstags: In der Werner-Frese-Turnhalle Invalidensiedlung,
Staehleweg 1, 13465 Berlin, direkt am Bus 125

- 17:00 - 18:00 Uhr **Rückentraining / Reha-Sport** für Erwachsene
- 18:15 - 19:15 Uhr **Rückentraining / Reha-Sport** für Erwachsene

mittwochs: In der Werner-Frese-Turnhalle Invalidensiedlung,
Staehleweg 1, 13465 Berlin, direkt am Bus 125

- 17:00 - 18:00 Uhr **Rückentraining / Reha-Sport** für Erwachsene
- 18:00 - 19:00 Uhr **Rückentraining / Reha-Sport** für Erwachsene

mittwochs: Im Kombibad Seestr., Seestr. 80, 13347 Berlin

- 16:45 - 18:30 Uhr **Schwimmen / Wassergymnastik** für Erwachsene / Kinder

donnerstags: In der Toulouse-Lautrec-Schule, Miraustr. 120-126, 13509 Berlin

- 16:15 - 17:15 Uhr **Baby- / Kinderschwimmen**
- 17:15 - 17:45 Uhr **Warmwassergymnastik** für Erwachsene
- 17:45 - 18:15 Uhr **Warmwassergymnastik** für Erwachsene
- 18:15 - 18:45 Uhr **Warmwassergymnastik** für Erwachsene
- 18:45 - 19:15 Uhr **Warmwassergymnastik** für Erwachsene
- 19:15 - 19:45 Uhr **Warmwassergymnastik** für Erwachsene

freitags: In der Werner-Frese-Turnhalle Invalidensiedlung,
Staehleweg 1, 13465 Berlin, direkt am Bus 125

- 09:00 - 10:00 Uhr **Rückentraining / Reha-Sport** für Erwachsene
- 10:00 - 11:00 Uhr **Rückentraining / Reha-Sport** für Erwachsene

Mitgliedsbeiträge:

- 30,00 € ¼-jährlich für Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre
- 39,00 € ¼-jährlich für Erwachsene bei Teilnahme an 1 Übungsgruppe
- 48,00 € ¼-jährlich für Erwachsene bei Teilnahme an 2 Übungsgruppen
- 57,00€ ¼-jährlich für Erwachsene bei Teilnahme an 3 Übungsgruppen
- Die Aufnahmegebühr beträgt 20 €

Bei Interesse oder Fragen bitte melden bei: Behinderten-Sport-Freunde Frohnau e.V.

Ansprechpartner: Frank Völkel **Tel.:** 030 / 66647174

Mail: f-voelkel-bsffrohnau@web.de **Internet:** www.bsf-frohnau.beepworld.de