FIT und FUN e.V. Taschenweg 18 75223 Niefern-Öschelbronn

Liebe Mitglieder,

hier sind die neuen Informationen.

Info-Brief 1/2022

>>>>>>> Ab 21.03.2022 stellen wir wieder auf Sommerzeit um. <<<<<<<<<<

Wochentag	Uhrzeit	Laufart	Treffpunkt
Montag	**18:00 Uhr**	Walking	**Gegenüber der Bräuningsmühle**
Dienstag	**9:00 Uhr**	Walking	**Gegenüber der Bräuningsmühle**
Donnerstag	**9:00 Uhr**	Walking	**Gegenüber der Bräuningsmühle**

Laufzeiten ab dem 03.05.2022

Wochentag	Uhrzeit	Laufart	**Treffpunkt**
Montag	18:00 Uhr	Walking	**Gegenüber der Bräuningsmühle**
Dienstag	8:30 Uhr	Walking	**Gegenüber der Bräuningsmühle**
Donnerstag	8:30 Uhr	Walking	**Gegenüber der Bräuningsmühle**

>>> Unseren Treffpunkt beim Walking haben wir auf Grund der Parkplatzsituation beim Waldparkplatz auf den Parkplatz gegenüber der Bräuningsmühle verlegt.>>>
Es kann immer mal wieder eine kurzfristige Verlegung von unserem Treffpunkt geben.

Am 01.03.2022 findet kein Gymnastik und kein Pilates statt.
Am 12.04.2022 und 14.04.2022 findet kein Walking statt.

FIT und FUN e.V. Taschenweg 18 75223 Niefern-Öschelbronn

Osterferien:

Am 19.04.2022 findet kein Bodyforming und Pilates statt.

Pfingstferien:

Am 07.06.2022 und 14.06.2022 findet kein Bodyforming und Pilates statt.

Sobald wir die Gymnastik wieder in Präsenz anbieten können bekommt ihr rechtzeitig eine Information.

Unser neues Angebot:

Da der Verein der Landfrauen im Frühjahr aufgelöst wird, haben sich die Teilnehmerinnen der Sportgruppen entschlossen, in unseren Verein einzutreten.

Es finden 2 Sportkurse für Frauen ab 60 plus statt.

Die sehr vielseitig ausgerichteten Stunden dienen zur Kräftigung des Körpers durch das körpereigene Gewicht, es werden auch Kleingeräte dazu eingesetzt. Mobilisation, Gleichgewichtsschulung, Sturzprophylaxe, Koordinationsschulung und Dehnung sind ebenfalls wichtige Bestandteile von diesen Kursen. Ein Programm für Körper und Geist.

Die Kurse finden unter der Leitung von **Andrea Rottner mittwochs** im „**Gustav-Wenk-Haus**“ in Öschelbronn unter Einhaltung der aktuellen Corona-Regeln zu folgenden Zeiten statt:

Gruppe 1 von 9:00 – 10:00 Uhr
Gruppe 2 von 10:15 – 11:15 Uhr

Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen.
Informationen hierzu bei Andrea Rottner, Tel. 07233/4509

FIT und FUN e.V. Taschenweg 18 75223 Niefern-Öschelbronn

Rolf Härer hat ein wunderschönes Fotoalbum gestaltet.

„20 Jahre FIT und FUN“

Wer Interesse an diesem Fotoalbum hat, kann es gerne bei uns bis zum **27.02.2022** bestellen.

Der Preis hierfür beträgt 25.- Euro.

Wichtiger Hinweis:

Am 15.03.2022 wird der Jahresbeitrag abgebucht.

Sollte sich bei Euch eine Kontonummer geändert haben so teilt uns das bitte schnellstmöglich mit. Wenn es bei der Abbuchung ein Storno gibt, dann entstehen Zusatzkosten für Euch.

Wir wünschen Euch schöne Sportstunden und bleibt alle gesund !

Eure Übungsleiterinnen

Brigitte, Karin, Melanie, Christine, Monika, Andrea und Martina