FITNESSKURSE

Angebot	Leitung	Wochentag	Uhrzeit	Anzahl	ATSV	Externe	Ort	Termine
Aquafit Wassergymnastik	Nicole NOLTZE	dienstags	19:15 - 20:00	11	x 03,50 € = 38,50 €	x 07,00 € = 77,00 €	Schloßparkbad Hallenbad	18.04. - 27.06. ☑ --- ☒
			20:00 - 20:45	11	x 03,50 € = 38,50 €	x 07,00 € = 77,00 €	Schloßparkbad Hallenbad	18.04. - 27.06. ☑ --- ☒
		donnerstags	18:45 - 19:30	11	x 03,50 € = 38,50 €	x 07,00 € = 77,00 €	Schloßparkbad Hallenbad	13.04. - 29.06. ☑ 18.05. ☒
Hatha-Yoga	Iris VÖGE	mittwochs	18:15 - 19:45	10	x 03,50 € = 35,00 €	x 09,00 € = 90,00 €	TH Beim Sattelhof Kursraum	12.04. - 12.07. ☑ 24./31.5.+7./21.6. ☒
Rücken-Yoga	Susanne BEHREND	montags	15:30 - 17:00	8	x 03,50 € = 28,00 €	x 09,00 € = 72,00 €	TH Beim Sattelhof Kursraum	17.04. - 19.06. ☑ 01. + 29.05. ☒
Tai Chi Chuan	Manuela ROHDE	montags	17:45 - 18:45	8	x 02,50 € = 20,00 €	x 07,00 € = 56,00 €	TH Beim Sattelhof Kursraum	17.04. - 03.07. ☑ 1./29.5.+5./12.6. ☒
Zumba Gold 50+	Odalis ROTHER	dienstags	10:30 - 11:30	10	x 02,50 € = 25,00 €	x 08,00 € = 80,00 €	TH Beim Sattelhof Kursraum	02.05. - 04.07. ☑ --- ☒

Falls freie Plätze vorhanden sind, ist ein Einstieg in laufende Kursangebote jederzeit möglich. Bei Ausfall einzelner Termine (z.B. durch Krankheit der Übungsleitung, Ausfall des Veranstaltungsortes, COVID-Entwicklung) werden die Teilnahmegbühren entsprechend verrechnet bzw. zurückgezahlt.

SPORT PRO GESUNDHEIT

bezuschusst durch die Krankenkassen

Angebot	Leitung	Wochentag	Uhrzeit	Anzahl	ATSV	Externe	Ort	Termine
Haltung & Bewegung	Helga LEHBRINK	mittwochs	10:00 - 11:00	10	x 02,50 € = 25,00 €	x 07,00 € = 70,00 €	TH Beim Sattelhof Turnhalle	12.04. - 05.07. ☑ 31.5./7.+21.6. ☒
Rückenfit	Manuela ROHDE	montags	10:45 - 11:45	8	x 02,50 € = 20,00 €	x 07,00 € = 56,00 €	TH Beim Sattelhof Turnhalle	17.04. - 03.07. ☑ 1./29.5.+5./12.6. ☒
			19:00 - 20:00	8	x 02,50 € = 20,00 €	x 07,00 € = 56,00 €	TH Beim Sattelhof Turnhalle	17.04. - 03.07. ☑ 1./29.5.+5./12.6. ☒
		donnerstags	18:15 - 19:00	9	x 02,50 € = 22,50 €	x 07,00 € = 63,00 €	TH Beim Sattelhof Turnhalle	13.04. - 06.07. ☑ 18.5. + 1./8./15.6. ☒

Bescheinigungen über die Teilnahme am Sport pro Gesundheit zur Vorlage bei Ihrer Krankenkasse erhalten Sie auf Anfrage von der Geschäftsstelle jeweils nach Ende des betreffenden Quartals.

REHABILITATIONSSPORT

mit ärztlicher Verordnung bezahlt durch die Krankenkassen

Angebot	Leitung	Wochentag	Uhrzeit	Ort	Teilnahmevoraussetzungen	
Krebsnachsorge für Frauen	Ingrid FREUND	donnerstags	09:00 - 11:00	TH Beim Sattelhof Turnhalle	mit oder ohne Verordnung	**1. Reha-Verordnung** beim Haus- oder Facharzt besorgen **2. Verfügbarkeit** mit der ATSV Geschäftsstelle checken **3. Übungsleiterin** kontaktieren & Rücksprache halten **4. Krankenkasse** Kostenübernahme einholen **5. Loslegen**
Herzsport Herz in Schwung	Manuela ROHDE	mittwochs	14:00 - 15:30	TH Beim Sattelhof Turnhalle	nur mit Verordnung	
		mittwochs	15:45 - 17:15	TH Beim Sattelhof Turnhalle		
Lungensport	Dagmar STÜNKER	mittwochs	11:00 - 12:00	TH Beim Sattelhof Turnhalle		
Long Covid		mittwochs	12:15 - 13:00	TH Beim Sattelhof Turnhalle		
Orthopädiesport	Manuela ROHDE	montags	10:45 - 11:45	TH Beim Sattelhof Turnhalle		
		donnerstags	18:15 - 19:15	TH Beim Sattelhof Turnhalle		

Zur Teilnahme an unseren Rehabilitationssportangeboten benötigen Sie bitte zunächst eine entsprechende Rehaverordnung Ihres Haus- oder Facharztes basierend auf Ihrem Beschwerdebild. Darauf basierend können Sie gemeinsam mit unserer Geschäftsstelle am besten im telefonischen Gespräch klären, ob und zu welcher Zeit wir Ihnen einen freien Platz anbieten können. Nach anschließender Rücksprache mit der entsprechenden Übungsleitung können Sie sich mit Ihrer Reha-Verordnung eine Genehmigung/Kostenzusage bei Ihrer Krankenkasse einholen. Die Krankenkasse übernimmt dann die vollen Kosten für den Rehasport. Die Rehaverordnung sowie die Krankenkassengenehmigung nehmen Sie dann bitte zur ersten Übungsstunde mit und geben diese bei der Übungsleitung ab.

RÜCKENFIT IN DEN SOMMERFERIEN

Angebot	Leitung	Wochentag	Uhrzeit	Anzahl	ATSV	Externe	Ort	Termine
Rückenfit	Manuela ROHDE	montags	10:45 - 11:45	5	x 02,50 € = 12,50 €	x 07,00 € = 35,00 €	TH Beim Sattelhof Turnhalle	10.07. - 07.08. ☑ --- ☒
			19:00 - 20:00	5	x 02,50 € = 12,50 €	x 07,00 € = 35,00 €	TH Beim Sattelhof Turnhalle	10.07. - 07.08. ☑ --- ☒
		donnerstags	18:15 - 19:00	5	x 02,50 € = 12,50 €	x 07,00 € = 35,00 €	TH Beim Sattelhof Turnhalle	13.07. - 10.08. ☑ --- ☒