

Information

Für alle BIG-Kurse ist eine Anmeldung erforderlich. Hierfür benötigen wir folgende Informationen:

Kursnummer, Vor- und Nachname und Telefonnummer.

Neuzugänge sind während der Kurslaufzeit willkommen, sofern noch Plätze frei sind.

Die Kursgebühr wird zu Kursbeginn vor Ort bar bezahlt.

Anmeldungen bitte an:

Kaufbeuren-aktiv

Bürgerstraße 2, I. Stock, 87600 Kaufbeuren

Edith Görlach, Handy 0172 4453403

E-Mail: edith.goerlach@kaufbeuren.de

Jürgen Schick, Telefon 08341/437-427

E-Mail: juergen.schick@kaufbeuren.de



Bewegungsangebote von Frauen für Frauen



Kurze Wege, günstige Preise, leichte Anmeldung



BIG - Kaufbeuren

Januar - April 2024



Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.



BIG - Bewegung als Investition in Gesundheit

Mit BIG bieten wir Sport- und Gesundheitskurse speziell für Frauen an. Besonders am Herzen liegen uns Frauen in schwierigen Lebenslagen.

Unsere Teilnehmerinnen kommen aus allen Ländern. Hier geht es nicht um Leistung, sondern um Bewegungsfreude und Gemeinschaft.

Die Teilnahme ist ganz unkompliziert:

- kurze Wege
- Kinderbetreuung bei Bedarf
- keine Vertragsbindung
- günstiger Preis.

Bewegungsangebote von Frauen für Frauen

BIG 1 | Claudia Schatz

Qi Gong

Freitags, 10.30 Uhr - 11.30 Uhr

Beginn: 12.01. - 09.02.24 und 08.03 - 22.03.24 / 8 Einheiten, 16€

Ort: Matthias-Lauber-Haus, Bismarckstr. 7, Kaufbeuren

Bitte mitbringen: Dicke Socken

BIG 2 | Regina Marx

Beckenbodentraining mit Kinderbetreuung

Dienstags, 18.00 Uhr - 19.00 Uhr / 12 Einheiten, 24€

Beginn: 16.01. - 23.04.24

Ort: Familienstützpunkt „Hand in Hand“, St. Peter und Paul im Haken,
Barbarossastr. 23, Kaufbeuren



BIG 3 | Regina Marx

Rückenfit mit Kinderbetreuung

Donnerstags, 17.30 Uhr - 18.30 Uhr / 12 Einheiten, 24€

Beginn: 18.01. - 25.04.24

Ort: Familienstützpunkt „Hand in Hand“, St. Peter und Paul im Haken,
Barbarossastr. 23, Kaufbeuren

Bitte mitbringen: Matte/Handtuch



BIG 4 | Laura Pelitschev

Gymnastik mit Tanzelementen mit Kinderbetreuung

Dienstags, 9.30 Uhr - 10.30 Uhr / 12 Einheiten, 24€

Beginn: 16.01. - 23.04.24

Ort: Dance Solution, Gutenbergstr. 2a - 2.Stock, Kaufbeuren

BIG 5 | Laura Pelitschev

Fit und beweglich - ganzheitliches Körpertraining mit Kinderbetreuung

Freitags, 9.00 Uhr - 10.00 Uhr / 12 Einheiten, 24€

Beginn: 19.01. - 26.04.23

Ort: Dance Solution, Gutenbergstr. 2a - 2.Stock, Kaufbeuren

In den Schulferien finden keine Bewegungsangebote statt!