

## 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](mailto:edith.goerlach@kaufbeuren.de)

**Jürgen Schick**, Telefon 08341/437-427

E-Mail: [juergen.schick@kaufbeuren.de](mailto:juergen.schick@kaufbeuren.de)



## Bewegungsangebote von Frauen für Frauen



Kurze Wege, günstige Preise, leichte Anmeldung

**BIG - Kaufbeuren**

**März bis Mai 2023**



Gefördert durch die BZgA im Auftrag und 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.

Die Teilnahme ist ganz unkompliziert:

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

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

## Bewegungsangebote

**BIG 1** | Laura Pelitschew

### Gymnastik mit Tanzelementen

mit Kinderbetreuung

Dienstags, 9.30 Uhr – 10.30 Uhr

Beginn: 07.03.2023 / 10 Einheiten, 20 €

Ort: Dance Soulution, Gutenbergstr. 2a - 2.Stock

**BIG 2** | Claudia Schatz

### Qi Gong

mit Kinderbetreuung

Freitags, 10.30 Uhr – 11.30 Uhr

Beginn: 10.03.2023 (ausgenommen 05.05.2023) / 9 Einheiten, 18 €

Ort: Generationenhaus, Hafenmarkt 6-8

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken

**BIG 3** | Laura Nuffer

### Yoga

mit Kinderbetreuung

Freitags, 15.00 Uhr – 16.00 Uhr / 9 Einheiten, 18 €

Beginn: 17.03.2023

Ort: vhs Volkshochschule, Spitaltor 5 - 2. Stock, Raum 210

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke

Die Kurse finden **nicht** in den **Osterferien** statt.