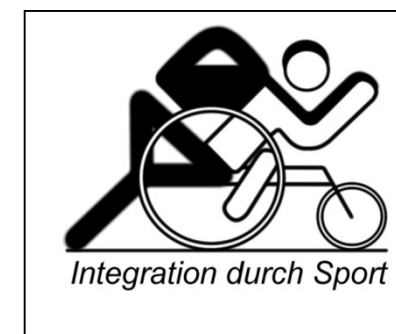


# Sportangebote SV Benediktushof Reken e. V.

ab 01.01.2018

Telefon: 02864/889-264 (Geschäftszeiten: Mo 9:00-12:00; Die 8:00-11:00; Mi 15:00-18:00; Fr 15:00-18:00) [www.sv-benediktushof-reken.de](http://www.sv-benediktushof-reken.de)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9:00 - 9:45 <b>Beckenbodengymnastik</b> benefit 2 - Manuela D.	9:00 - 9:45 <b>Senioren-Fitness Frauen</b> benefit 2	7:30 - 8:15 <b>Wassergymnastik Frauen</b> Benediktushof - Inge K.	17:00 - 17:45 <b>Wassergymnastik Frauen</b> Benediktushof	08:30 - 09:15 <b>Reha Fit</b> Sporth. Benediktushof - Manuela
10:15 - 11:15 <b>Nordic Walking Treff</b> Haus am See - Manuela D.	10:00 - 10:45 <b>Rückengymnastik integrativ</b> benefit 2	17:00 - 18:15 <b>Rollstuhlsport</b> Sporthalle Benediktushof - Inge H.	17:45 - 18:30 <b>Wassergymnastik</b> Benediktushof	9:15 - 9:10 <b>Rückengymnastik Senioren</b> Sporth. Benediktushof - Manuela
18:00 - 18:45 <b>Fit ab 45 - Frauengymnastik</b> benefit 2 - Manuela D.	17:30 - 18:15 <b>Wirbelsäulengymnastik</b> Sporthalle Benediktushof - Andrea	17:00 - 17:45 <b>Wassergymnastik</b> Benediktushof - Inge K.	18:30 - 19:15 <b>Wassergymnastik</b> Benediktushof	17:40 - 18:25 <b>Wassergymnastik</b> Benediktushof - Gerlinde
18:00 - 18:45 <b>Integrative Schwimmgruppe</b> Benediktushof - Marina K.	18:20 - 19:05 <b>Gymnastik</b> Sporthalle Benediktushof - Ute R.	17:45 - 18:30 <b>Wassergymnastik</b> Benediktushof - Inge K.	19:30 - 20:30 <b>Laufftreff</b> "Haus am See", Olof D.	18:30 - 19:15 <b>Wassergymnastik</b> Benediktushof - Gerlinde
18:45 - 19:30 <b>Integrative Schwimmgruppe</b> Benediktushof - Marina K.	18:30 <b>Laufftreff</b> "Haus am See" - Olof D.	18:30 - 19:30 <b>X-CO Walking</b> Eingang benefit	19:20 - 20:05 <b>Aqua-Walking</b> Benediktushof	
18:50 - 19:35 <b>Osteoporose-Gymnastik</b> benefit 2 - Manuela D.	19:15 - 20:00 <b>Wirbelsäulengymnastik</b> Sporthalle Benediktushof - Ute R.	18:30 - 19:15 <b>Wassergymnastik</b> Benediktushof - Inge K.		
19:40-20:25 <b>Wirbelsäulengymnastik</b> benefit 2 - Manuela D.	19:30-21:00 <b>Indiaca</b> Sporthalle Brückenschule - Irmgard	19:30 - 20:15 <b>Aqua-Fitness</b> Benediktushof - Gabi		
	20:00 - 21:00 <b>BOP-Gymnastik Frauen</b> Sporthalle Benediktushof - Ute R.	20:15 - 21:00 <b>Wassergymnastik f. Pfundige</b> Benediktushof - Gabi		



Rehabilitationssport - 45min.



Gesundheitssport - 60 min.