



BEHINDERTEN SPORTGEMEINSCHAFT METTMANN e.V.

Gemeinsam bewegen. Inklusion leben.

KURSPLAN



Unser Sportangebot auf einen Blick



Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09-10 Uhr	-	Wirbelsäule Musikschule	-	-	Wirbelsäule Musikschule
10-11 Uhr	Wirbelsäule Carpe Diem	Wirbelsäule Musikschule	-	-	Wirbelsäule & Osteo Musikschule
11-12 Uhr	Wirbelsäule Carpe Diem	Wirbelsäule (schonend) Musikschule	-	Wirbelsäule Musikschule	Sitzgymnastik Musikschule
14-15 Uhr	-	-	Wassergymnastik Hallenbad Mettmann	-	-
17-18 Uhr	Kegeln (einmal im Monat) Gaststätte Akropolis, Wülfrath (bis 19 Uhr)	Wirbelsäule & Osteo Musikschule	-	Bosseln Turnhalle Gruitener Straße	-
18-19 Uhr	Wassergymnastik Großes und kleines Becken	Wirbelsäule & Osteo Musikschule	Hallenboccia Turnhalle Gruitener Straße	Bosseln Turnhalle Gruitener Straße	-
19-20 Uhr	Wassergymnastik Großes und kleines Becken	Dehnen & Entspannen Musikschule	Hallenboccia Turnhalle Gruitener Straße	-	-
20-21 Uhr	Wassergymnastik Kleines Becken	-	-	-	-



Fragen zu unseren Angeboten?

Schreib uns an info@bsg-me.de



Inklusiv
und offen



Gemeinschaft
erleben



Aktiv bleiben
und bewegen



Gesundheit
stärken