

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9.00 - 9.45 ORTHOPÄDIE	8.45 - 10.00 BABYS IN BEWEGUNG	9.00 - 9.45 OSTEOPOROSE	9.00 - 9.45 WIRBELSÄULENSPORT	8.45 - 10.00 BABYS IN BEWEGUNG		
10.00 - 10.45 ORTHOPÄDIE	10.00 - 11.15 BABYS IN BEWEGUNG	10.00 - 10.45 ORTHOPÄDIE	10.00 - 10.45 PILATES	10.30 - 11.15 ORTHOPÄDIE	10.00 - 12.45 KICKBOXEN Kinder	10.00 - 14.45 ÜBUNGSZEIT JAZZ DANCE
11.00 - 11.45 ORTHOPÄDIE		11.00 - 11.45 SPORT BEI KREBS	11.00 - 11.45 ORTHOPÄDIE	11.30 - 12.15 ORTHOPÄDIE		
12.00 - 13.00 ANTI-STRESS-FITNESS	11.45 - 12.30 ORTHOPÄDIE	12.00 - 12.45 ORTHOPÄDIE	12.00 - 12.45 SPORT BEI DIABETES	12.30 - 13.15 LUNGENSPORT		
	13.00 - 13.45 LUNGENSPORT		13.00 - 13.45* GOLFFITNESS		13.00 - 14.45 BRAZILIAN JIU- JITSU	
14.30 - 15.15 LUNGENSPORT			14.00 - 14.45 LUNGENSPORT			
	15.00 - 15.45 ORTHOPÄDIE	15.00 - 15.45 TANZMINIS (5-7 Jahre)	15.00 - 16.15 SENIOREN BLEIBEN IN SCHWUNG		15.00 - 15.45 BRAZILIAN JIU- JITSU (Kinder)	15.00 - 16.45 JU- JUTSU
16.00 - 16.45 LUNGENSPORT	16.00 - 16.45 ORTHOPÄDIE	16.00 - 16.45 ORTHOPÄDIE	16.30 - 17.30 KINDERTANZ (7-9 Jahre)	16.00 - 16.45 FELDENKRAIS	16.00 - 17.15 LINE DANCE	
17.00 - 17.45 ORTHOPÄDIE	17.00 - 17.45 ORTHOPÄDIE	17.00 - 17.45 ORTHOPÄDIE				
18.00 - 18.45 STARKER RÜCKEN	18.00 - 18.45 KNIE-FIT	18.00 - 18.45** RADSPORTFITNESS	18.00 - 18.45 PILATES	17.30 - 18.45 JAZZ DANCE FÜR JUGENDLICHE	17.30 - 18.45 LINE DANCE	17.00 - 20.30 BRAZILIAN JIU- JITSU
19.00 - 19.45 STRONG	19.00 - 19.45 ORTHO-FIT	19.00 - 19.45** FUNCTIONAL TRAINING	19.00 - 19.45 PILATES	19.00 - 19.45 CHOREO DANCE	19.00 - 21.00 ÜBUNGSZEIT JAZZ DANCE	
20.00 - 21.45 JAZZ DANCE	20.00 - 21.30 JAZZ DANCE	20.00 - 21.15 AROHA	20.00 - 22.00 JU-JUTSU	20.00 - 21.30 Uhr XXL-FITNESS MIT SPAß		

Extern	BSV Sportangebot	Rehasport-Angebot	Gesundheitskurs	Fitness-Kurs	Baby-Sport-Kurs
--------	------------------	-------------------	-----------------	--------------	-----------------

Stand: Dezember 2020  
 alle Kurse finden ab 5 Teilnehmern statt  
 Änderungen vorbehalten

\* nur Januar bis März  
 \*\* ca. September bis März

Weitere Informationen zu Kursbeginn, Kosten & Anmeldung in der  
 BSV Geschäftsstelle, Lange Str. 16, 21614 Buxtehude  
 Telefon: 04161 - 34 82, Email: info@bsv-buxtehude.de