

## Beiträge/ Ansprechpartner

### Monatlicher Beitrag Sport mit Älteren:

Senioren ab 50 Jahre	15,00€
Passive Mitgliedschaft	11,60€

Die 1. Abbuchung erfolgt anteilig zum folgenden 1. eines Monats nach Eintritt in den Verein; danach halbjährlich jeweils zum 1.1./1.7. eines Jahres.

**Aufnahmegebühr (einmalig):** 10,00€

### Wichtig!

Wassergymnastik und Aquapowerkurse:

Für den Monatsbeitrag kann man sich einen Kurs aussuchen. Keine Doppelbelegung! Nur über 10er Karte zusätzlich möglich.

10er Karte 25,00€

**Dieses Sommerprogramm ist gültig  
vom 15.07. bis einschließlich 27.08.2019**

### Else Steins

Tel. 02131 64374

## Sportangebote

- **Badminton**
- **Basketball**
- **Breitensport**
- **Boxen**
- **Fechten**
- **Fitness-Studio**
- **Fußball**
- **Judo**
- **Handball**
- **Karate**
- **Klettern**
- **Kunstturnen**
- **Leichtathletik**
- **Radsport**
- **Rehasport**
- **Schach**
- **Schwimmen**
- **Seniorenport**
- **Sportabzeichen**
- **Tanzen**
- **Tauchen**
- **Tennis**
- **Tischtennis**
- **Turnen**
- **Volleyball**

Die spätesten Kündigungstermine sind der 31. Mai, wirksam zum 30. Juni, bzw. 30. November, wirksam zum 31. Dezember. Wir akzeptieren nur schriftliche Kündigungen per Post, Fax oder Email. Es gilt der Eingangsstempel bzw. das Empfangsdatum.

- Alle aufgeführten Beiträge sind inkl. Vereinsbeitrag.
- Gebühren für Nicht-SEPA Lastschriftmandate können in der Geschäftsstelle erfragt werden.
- Bei bereits vorhandener Mitgliedschaft wird der Vereinsbeitrag nur einmal berechnet und die Aufnahmegebühr entfällt.
- Vereinsbeitrag: Erwachsene 6,00€ mtl., Kinder 3,00€ mtl.
- Die 1. Abbuchung erfolgt anteilig zum folgenden 1. eines Monats nach Eintritt in den Verein; danach halbjährlich jeweils zum 1.1./1.7. eines Jahres.

Sportgemeinschaft Kaarst e. V.  
Pestalozzistraße 3a | 41564 Kaarst  
Telefon 02131 51267-30 | Fax 02131 51267-51  
info@sg-kaarst.de | www.sg-kaarst.de



## Sport mit Älteren

### Sommerprogramm 2019



Tel. 02131 51267-30  
www.sg-kaarst.de



Mein Sportverein

## Trainingszeiten

## Trainingszeiten

## Trainingszeiten

### Montag

#### Wirbelsäulengymnastik

08.30 – 09.30 Uhr  
Sportzentrum Kaarst-Mitte (R1)  
Frau Diensberg

#### Walking

10.00 – 11.00 Uhr  
Parkplatz am Bauhof  
Frau Bock

### Dienstag

#### Wirbelsäulengymnastik

06.08, 13.08., 20.08.  
08.00 – 09.00 Uhr  
09.00 – 10.00 Uhr  
Sportzentrum Kaarst-Mitte (R3a)  
Frau Hillebrand

#### Kegeln

12.30 – 14.30 Uhr  
Gaststätte Johnen  
Herr Wüster

#### Nordic Walking

14.00 – 15.00 Uhr  
Regio Parkplatz

#### Freies Singen

18.30 – 20.00 Uhr  
Gaststätte Johnen  
Frau Nepold

### Mittwoch

#### Tischtennis

12.00 – 14.00 Uhr  
Sportzentrum Kaarst-Mitte (R2)  
Frau Steins

#### Radfahren

ab 14.30 Uhr  
Treffpunkt: TH Bussardstraße  
Wechselnde Übungsleiter

### Donnerstag

#### Nordic Walking

10.00 – 11.00 Uhr  
Regio Parkplatz  
Herr Wältermann

### Freitag

#### Yoga

26.07., 09.8., 28.8  
08.30 – 09.30 Uhr  
Sportzentrum Kaarst-Mitte (R3)  
Frau Schmitz

#### Tennis

10.00 – 12.00 Uhr  
Tennisanlage Am Kaarster See  
Frau Bach

#### Tischtennis

12.00 – 14.00 Uhr  
Sportzentrum Kaarst-Mitte (R2)  
Frau Steins



**Allen Urlaubern erholsame und sonnige Ferientage!**

**Auch in diesen  
Sommerferien  
das tolle Angebot:**

gegen einen Aufpreis von 30 €  
kann in den Sommerferien  
das Fitness-Studio genutzt werden.  
Jeder Teilnehmer erhält einen  
Ausweis, der unaufgefordert  
an der Rezeption  
abzugeben ist.