

## Line Dance

Tanzform in der Gruppe, in der Ausdauer und Koordination geschult werden.

Beginn: 25.10.2010 – 13.12.2010,  
Montag 8x  
Zeit: 16:30 – 17:30 Uhr  
Ort: Tanzraum, Schützenhaus Vorsfelde  
Preis: 46,40 €  
Nummer: 3310  
Leitung: Gisela Koesling, Tanzlehrerin

## Jin Shin Jyutsu, Vortrag

Jeder hat heilende Hände – den Körper in Harmonie und Ruhe bringen.

Beginn: 25.09.2010,  
Samstag  
Zeit: 15:00 – 17:00 Uhr  
Ort: MTV Center Vorsfelde  
Preis: 8,00 €  
Nummer: 3110  
Leitung: Sonja Winnen,  
Lehrerin für Jin Shin Jyutsu

## Videoclip Dance

Street- und Modern Dance werden choreographisch miteinander kombiniert. Bewegungsabläufe aus den Tanzstilformen Hip Hop, Newstyle, Ladylike und Funky Jazz.

Beginn: 04.09.2010 – 09.10.2010,  
Samstag 6x  
Zeit: 15:00 – 16:30 Uhr  
Ort: MTV Center Vorsfelde  
Preis: 39,60 €  
Nummer: 3410  
Leitung: Claudia Schembre, Tanztrainerin

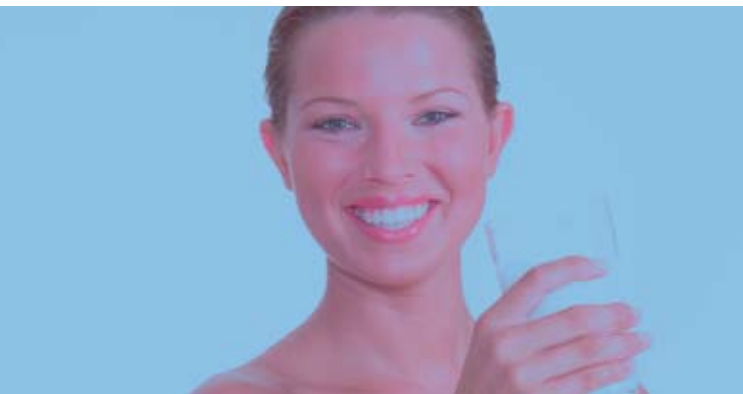
Für Jugendliche von 12 – 18 Jahren.

## Schüssler Salze kompakt

Schüssler-Salze sind homöopathische Mittel zur Stärkung des Immunsystems, zur Verbesserung des Allgemeinbefindens und helfen bei leichten gesundheitlichen Störungen.

Beginn: 06.11.2010,  
Samstag  
Zeit: 15:00 – 17:00 Uhr  
Ort: MTV Center Vorsfelde  
Preis: 8,00 €  
Nummer: 2910  
Leitung: Martina Klüber, Heilpraktikerin

MTV-Center Vorsfelde · Carl-Grete-Straße 41 · WOB-Vorsfelde  
05363/71346 · info@mtv-vorsfelde.de · www.mtv-vorsfelde.de



 **MTV-CENTER**  
Vorsfelde

**Gesundheitssport & Sonderkurse**

**2. Halbjahr 2010**

## Tai Chi

Auf sanfte Weise werden Muskeln gekräftigt und Sehnen und Gelenke geschmeidig gehalten.  
Wird von vielen Krankenkassen bezuschusst.

Beginn: 07.09.2010 – 07.12.2010,  
Dienstag 12x  
Zeit: 20:00 – 21:15 Uhr  
Ort: wird noch bekannt gegeben  
Preis: 87,00 €  
Nummer: 2710  
Leitung: Karen Danckert,  
Diplomsportlehrerin und  
Lehrerin für Tai Chi

## Aqua Fitness

Beweglichkeits- und Ausdauertraining im Tiefwasser.  
Wird von vielen Krankenkassen bezuschusst.

Beginn: 25.08.2010 – 15.12.2010,  
Mittwoch 14x  
Zeit: 20:30 – 21:30 Uhr  
Ort: Badeland  
Preis: 105,00 €  
Nummer: 2510  
Leitung: Christine Gerecke,  
Gymnastiklehrerin

## Nordic Walking

Gelenkschonendes Ausdauertraining.  
Wird von vielen Krankenkassen bezuschusst.

Beginn: 18.08.2010 – 06.10.2010,  
Mittwoch 8x  
Zeit: 18:00 – 19:30 Uhr  
Ort: MTV Center Vorsfelde  
Preis: 69,60 €  
Nummer: 3610  
Leitung: Inge Schäpe,  
Übungsleiterin Nordic-Walking

## Tai Chi Wochenende

Beginn: 23.10.2010 – 24.10.2010,  
Samstag und Sonntag  
Zeit: 10:00 – 18:00 Uhr und  
10:00 – 13:30 Uhr  
Ort: MTV Center Vorsfelde  
Preis: 90,00 €  
Nummer: 2810  
Leitung: Thomas Kirchner,  
Lehrer für Tai Chi und Budopädagoge

## Mit Geschick ans Genick

Gymnastik speziell für die Halswirbelsäule.  
Wird von vielen Krankenkassen bezuschusst.

Beginn: 06.09.2010 – 22.11.2010,  
Montag 10x  
Zeit: 20:00 – 21:00 Uhr  
Ort: MTV Center Vorsfelde  
Preis: 58,00 €  
Nummer: 3210  
Leitung: Elke Senner, Krankengymnastin

## Fit durch Konditionstraining

Kraft - Ausdauertraining mit und ohne Kleingeräte.  
Wird von vielen Krankenkassen bezuschusst.

Beginn: 16.09.2010 – 02.12.2010,  
Donnerstag 10x  
Zeit: 15:45 – 16:45 Uhr  
Ort: MTV Center Vorsfelde  
Preis: 58,00 €  
Nummer: 3510  
Leitung: Christine Gerecke, Gymnastiklehrerin

MTV-Center Vorsfelde · Carl-Grete-Straße 41 · WOB-Vorsfelde  
05363/71346 · info@mtv-vorsfelde.de · www.mtv-vorsfelde.de

