

## Kursprogramm Herbst/Winter 2016

Das neue Kursprogramm Herbst/Winter ist da. Anmeldung ab sofort bei Manu Jerg: [manuela.jerg@web.de](mailto:manuela.jerg@web.de)  
oder 01737366643

### Rücken-Aktiv I (Warteliste)

Wann: Donnerstag, 8:30 - 9:30 Uhr (ab **01. September 2016**) Wo: Vereinsheim

10 Termine Kosten: 45.00 Euro

Leitung: Manuela Jerg

### Rücken-Aktiv II

Wann: Donnerstag, 19:30 - 20:30 Uhr (ab **27. Oktober 2016**) Wo: Schule Berg /Musikraum

8 Termine Kosten: 40.00 Euro

Leitung: Manuela Jerg

**Die Rückenkurse werden von der AOK zu einem Teil rückerstattet.**

### Cross-Fitness

Wann: Donnerstag, 18.15-19.15 Uhr (ab **13. Oktober 2016**) Wo: Sporthalle Berg / Schule Berg/ Musikraum

10 Termine, Kosten: Vereinsmitglieder SC Berg, 25 €; Nicht-Mitglieder 35 €

Leitung: Nathalie Komarowsky