

# VfL 1884 Bad Münster am Stein e.V.



## Aktuelles Sportprogramm

(In den Schulferien und an „Brückentagen“ finden keine Übungsstunden statt.)

### **Aikido und Selbstverteidigung**

Dienstags 20:00 – 21:00 Uhr

Nidan Aikikai Japan: Michael Stellpflug

michael.stellpflug@vfl-bme.de

### **Fit und Aktiv (50+)**

Mittwochs 18:00 – 19:00 Uhr

Übungsleiterin: Barbara Gumbsheimer

0178/1619369

### **Fit mit Fun**

Mittwochs 19:30 – 20:30 Uhr

Übungsleiterin: Claudia Buschner

06708/617747

### **Wirbelsäulengymnastik**

Donnerstags 18:00 – 19:00 und 19:00 - 20:00 Uhr

(2 Gruppen in Kursform, Anmeldung erforderlich!!!)

Übungsleiterin: Ulli Untersteller

06708/661068

### **Volleyball – Freizeitgruppe**

Donnerstags 20:00 – 21:00 Uhr

Uwe Eckert

06708/669385

Interesse geweckt?

Dann informieren sie sich einfach bei den Übungsleiter/innen...

...oder auf

[www.VFL-BME.de](http://www.VFL-BME.de)



[info@vfl-bme.de](mailto:info@vfl-bme.de)