

Kurse in den Sommerferien								
Tag	Nr.	Titel	Zeitraum	Uhrzeit	Ort	Gebühr	Kursleitung	Kurstermine
Mo	233001	B.o.P. + Fitness Trampolin	26.06. - 10.07.	18:30 - 19:30	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	15,00 €	Birgit Seeger	3
Di	233002	Brain Walk	27.06. - 01.08.	18:00 - 19:00	Haus des Sports; Südstr. 25, 45470 MH	30,00 €	Jacqueline Wiederhold	6
Mi	233003	Attack your body - summer special	28.06. - 02.08.	17:30 - 18:30	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	30,00 €	Sandra Westermann	6
Mi	233004	B.o.P. - fits and more	28.06. - 02.08.	18:30 - 19:30	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	30,00 €	Sandra Westermann	6
Mi	233005	Flexi - Training	28.06. - 02.08.	20:00 - 21:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	25,00 €	Alexandra Grüter	5
Mi	233006	Fitness- und Wirbelsäulengymnastik	28.06. - 02.08.	17:45 - 18:45	Haus des Sports, Gymnastikraum 1; Südstr. 25a, 45470 MH	30,00 €	Susanne Amman	6
Do	233007	Fitness- und Wirbelsäulengymnastik	29.06. - 03.08.	09:30 - 10:30	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	30,00 €	Susanne Amman	6
Do	233008	Yoga zum Kennenlernen	03.08.	17:30 - 19:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	15,00 €	Eva Cassel	2
Do	233009	Body - Forming	29.06. - 03.08.	19:00 - 20:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	30,00 €	Jacqueline Wiederhold	6
Sa	233011	Pole Dance - Choreo Exotic	03.06.	11:00 - 14:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	45,00 €	Alexandra Grüter	1
Sa	233012	Pole Dance - Pole Power	17.06.	11:00 - 14:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	45,00 €	Annika Hanhardt	1
Sa	233013	Chair Dance - Choreo Exotic	01.07.	11:00 - 14:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	45,00 €	Alexandra Grüter	1
Sa	233014	Pole Dance - Technik Inverts	15.07.	11:00 - 14:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	45,00 €	Annika Hanhardt	1
Sa	233015	Chair Dance - Choreo Contemporary	05.08.	11:00 - 14:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	45,00 €	Alexandra Grüter	1
Sa	233016	Pole Dance - Choreo Contemporary	19.08.	11:00 - 14:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	45,00 €	Annika Hanhardt	1

Der besondere Aktivurlaub							
Tag	Nr.	Titel	Zeitraum	Uhrzeit	Ort	Gebühr	Kursleitung
Fr	231750	Aktivurlaub für die Familienbande	23.06. - 30.06.	18:00 - 09:00	Sport- u. Tagungsz. Hachen; Am Holthahn 1, 59846 Sundern	Erw. ab 16 J. 489,00 €, Kinder ab 9 J. -15 J. 426,00 €, Kinder ab 3 J. -8 J. 394,00 €, Kinder unter 3 J. 0,00 €	Oda Jürgens
	231751	Aktivurlaub für die Familienbande	30.06. - 07.07.	18:00 - 09:00	Sport- u. Tagungsz. Hachen; Am Holthahn 1, 59846 Sundern		Oda Jürgens
Fr	231752	Aktivurlaub für die Familienbande	07.07. - 16.07.	18:00 - 09:00	Sport- u. Tagungsz. Hachen; Am Holthahn 1, 59846 Sundern	Erw. ab 16 J. 599,00 €, Kinder ab 9 J. -15 J. 536,00 €, Kinder ab 3 J. -8 J. 496,00 €, Kinder unter 3 J. 0,00 €	Reiner Lange
Fr	231753	Aktiv 50 Plus	23.06. - 30.06.	18:00 - 09:00	Sport- u. Tagungsz. Hachen; Am Holthahn 1, 59846 Sundern	583,00 €	Oda Jürgens
Fr	231754	Aktiv 50 Plus	30.06. - 07.07.	18:00 - 09:00	Sport- u. Tagungsz. Hachen; Am Holthahn 1, 59846 Sundern	583,00 €	Oda Jürgens
Fr	231755	Aktiv 50 Plus	07.07. - 16.07.	18:00 - 09:00	Sport- u. Tagungsz. Hachen; Am Holthahn 1, 59846 Sundern	735,00 €	Reiner Lange

Sportferiencamps							
Mo	Nr.	Titel	Zeitraum	Uhrzeit	Ort	Gebühr	Kursleitung
Mo	237100	Sport - Ferien - Camp	03.07. - 07.07.	09:00 - 16:00	Blockhütte; Mintarder Strasse 39, 45481 MH	125,00 €	Ulf Weber
Mo	237101	Sport - Ferien - Camp	24.07. - 28.07.	09:00 - 16:00	Blockhütte; Mintarder Strasse 39, 45481 MH	125,00 €	Ulf Weber

Rehasportgruppen (Teilnahme mit ärztlicher Verordnung, Genehmigung der Krankenkasse und nach Aufklärungsgespräch bei uns)							
Mo	Nr.	Titel	Zeitraum	Uhrzeit	Ort	Gebühr	Kursleitung
Mo	235001	Rehasportgruppe - Orthopädie	09.01. - 11.12.	17:30 - 18:15	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	0,00 € mit ärztlicher Verordnung (Teilnahme als Selbstzahler möglich, sprechen Sie uns an!)	Eva Gleba
Di	235002	Rehasportgruppe - Orthopädie	10.01. - 12.12.	15:30 - 16:15	Haus des Sports, Gymnastikraum 1; Südstr. 25a, 45470 MH		Eva Gleba
Mi	235003	Rehasportgruppe - Orthopädie	04.01. - 13.12.	19:00 - 19:45	Haus des Sports, Gymnastikraum 1; Südstr. 25a, 45470 MH		Susanne Ammann
Do	235004	Rehasportgruppe - Orthopädie	05.01. - 14.12.	08:30 - 09:15	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH		Susanne Ammann
Mi	235006	Rehasportgruppe - Orthopädie	19.04. - 20.12.	08:15 - 09:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH		Cornelia Hakert-Eßer

Bitte melden Sie sich bei Interesse möglichst über unsere Homepage (sportangebote-muelheim.de) und die Kursnummer an, oder melden sich telefonisch bei uns.

Wir schützen Euch weiter!

Zum Ende der ausgeschriebenen Kursdauer sind einige Minuten für einen reibungslosen Gruppenwechsel und Lüften notwendig. Unsere Gymnastikräume bleiben nach wie vor mit Luftfiltern ausgestattet. Wenn sich hierzu Fragen oder Unsicherheiten ergeben, melden Sie sich bitte direkt bei uns.

Ihr SportBildungswerk-Team



Weiterführende Informationen hier:

www.sportbildungswerk-nrw.de/muelheim/



Kleiner Tipp: Sie finden Ihren Kurs am einfachsten, indem Sie die Kursnummer ins Suchfeld eingeben.



Geschäftsstelle

Haus des Sports
Südstraße 25
45470 Mülheim an der Ruhr
Telefon: 0208 / 308 50 31
sportbildungswerk@msb-mh.de
sportangebote-muelheim.de

Geschäftszeiten

montags, dienstags, mittwochs
9:00 bis 12:00,
donnerstags 09:00 bis 16:00 Uhr

Bankverbindung

DE07 3625 0000 0367 0029 64

Bitte melden Sie sich bei Interesse möglichst über unsere Homepage und die Kursnummer an, oder melden sich telefonisch bei uns.

Impressum

Herausgeber: SportBildungswerk, Friedrich-Alfred-Allee 25, 47055 Duisburg | Redaktion: Jörg Aling | Bildnachweis: Eigenarchiv Mülheim an der Ruhr, Mai 2023



Sporthelfer/innen-Ausbildungen 2023

Fit als Assistent*in von Übungs- und Jugendleiter*innen

Die nachfolgenden Sporthelfer-Ausbildungen gelten als Einstieg in die Übungs- und Jugendleiterausbildung und werden binnen zwei Jahren als Basismodul anerkannt, wenn sowohl der GH I und II absolviert wurde.

Sporthelfer/in I (30 LE)

2023-11000 Mo 02.10. und Mi - Fr 04.10.2023 | 09.00 - 16.30 Uhr, (Herbstferien)

Sporthelfer/in II (30 LE)

2023-11020 Mo 09.10. - Do 12.10.2022 | 09.00 - 16.30 Uhr, (Herbstferien)

Jeweils TH Holzstraße, Holzstr. 96, 45479 MH/R, Gebühr: jew. 50,00 Euro, Inhaltliche Beratung: Sportjugend Mülheim, 0208 30850-48

Übungsleiter/innen-C Ausbildungen

Die Übungsleiter*innen-Ausbildung besteht aus 2 aufeinander aufbauenden Stufen: der Basisstufe und der Aufbaustufe. (JL/ÜL – Lizenz nach 120 LE)

Die Lizenz hat eine Gültigkeit von 4 Jahren und wird durch den Besuch einer ÜL-Fortbildung (15 LE) um jeweils 4 Jahre verlängert. Diese Lizenz ist die Voraussetzung für den Einstieg in Ausbildungen auf der zweiten Lizenzstufe.

Erste-Hilfe-Ausbildung:

Für die erstmalige Lizenzerteilung in den Ausbildungsgängen ÜL-C und Jugendleiter/in ist der Nachweis der Teilnahme an einer Erste-Hilfe-Ausbildung (9 LE) oder einer Erste-Hilfe-Fortbildung (9 LE als Auffrischung einer früheren Ausbildung) in den letzten 2 Jahren erforderlich und möglichst kurz vor der Ausbildung zu absolvieren.

Basismodul

Mehrere Termine: Weitere Infos unter 0208 – 30850 35 und www.meinsportnetz.nrw

Aufbaumodul Breitensport, sportartübergreifend

2023-21185 / 6 Präsenztermine 2.9.+3.9. und 02.10. sowie 04.-06.10.2023 jew. 09:00-16:30 Uhr / Haus des Sports, 45470 MH/R, Südstr. 25 + 30 LE Blended Learning /F. Gaca und E. Grumpe/ Gebühr: 520,- € / Gebühr mit QZ-BEMO Empfehlung 320,- €

Anmeldung und nähere Erläuterung zu den Inhalten finden Sie im Internet unter www.meinsportnetz.nrw

BEWEGEN IM GUTE-LAUNE-KURS

www.sportangebote-muelheim.de



Tag	Nr.	Titel	Zeitraum	Uhrzeit	Ort	Gebühr	Kursleitung	Kurstermine
Mo	231201	Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining	07.08. - 25.09.	19:00 - 20:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 1; Südstr. 25a, 45470 MH	48,00 €	Beate Guthoff	8
Mo	231204	Wassergymnastik	07.08. - 18.12.	15:30 - 16:30	Rembergschule, Schwimmbad; Rembergstr. 7, 45470 MH	144,00 €	Kirsten Thureau	18
Mo	231205	Wassergymnastik	07.08. - 18.12.	16:30 - 17:30	Rembergschule, Schwimmbad; Rembergstr. 7, 45470 MH	144,00 €	Kirsten Thureau	18
Mo	233201	B.o.P. - fits and more	07.08. - 11.12.	19:30 - 20:30	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	89,30 €	Birgit Seeger	17
Mo	233204	Wirbelsäulengymnastik	07.08. - 11.12.	16:30 - 17:30	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	89,30 €	Lut Marie vom Dorf	18
Mo	231206	Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining	16.10. - 18.12.	19:00 - 20:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 1; Südstr. 25a, 45470 MH	60,00 €	Beate Guthoff	10
Mo	236000	Ausbildung zur Bewegungsfachkraft "Prima Leben"	13.11. - 16.11.	08:00 - 16:00	Kita Karlchen; Friedrich-Karl-Str. 45, 45476 MH	235,00 €	Karin Völker	32
Di	231208	Aquarobic	08.08. - 19.12.	20:00 - 21:00	Rembergschule, Schwimmbad; Rembergstr. 7, 45470 MH	144,00 €	Thomas Schnittka	18
Di	231209	Aquarobic	08.08. - 19.12.	21:00 - 22:00	Rembergschule, Schwimmbad; Rembergstr. 7, 45470 MH	144,00 €	Thomas Schnittka	18
Di	231210	B.o.P. + Fitness Trampolin	08.08. - 12.12.	18:30 - 19:30	Haus des Sports, Gymnastikraum 1; Südstr. 25a, 45470 MH	89,30 €	Birgit Seeger	18
Di	231211	B.o.P. + Fitness Trampolin	08.08. - 12.12.	19:30 - 20:30	Haus des Sports, Gymnastikraum 1; Südstr. 25a, 45470 MH	89,30 €	Birgit Seeger	18
Di	232201	Starker Rücken - starke Typen	08.08. - 12.12.	16:30 - 17:30	MRW Sporthalle; Wiesenstraße 36, 45473 MH	89,30 €	N.N.	17
Di	232600	Tennis	08.08. - 26.09.	09:00 - 10:00	Tennis Center Moraing; Oberheidstr. 31-35, 45475 MH	116,00 €	Michael Goerke	8
Di	232601	Tennis	08.08. - 26.09.	10:00 - 11:00	Tennis Center Moraing; Oberheidstr. 31-35, 45475 MH	116,00 €	Michael Goerke	8
Di	232602	Tennis	08.08. - 26.09.	11:00 - 12:00	Tennis Center Moraing; Oberheidstr. 31-35, 45475 MH	116,00 €	Michael Goerke	8
Di	233205	Attack your body	08.08. - 12.12.	17:30 - 18:30	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	89,30 €	Sandra Westermann	17
Di	233206	Drums alive®	08.08. - 12.12.	18:45 - 19:45	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	89,30 €	Mona Schacky	17
Di	233207	Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining	08.08. - 26.09.	09:00 - 10:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	48,00 €	Cornelia Hakert-Eßer	8
Di	233208	Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining	08.08. - 26.09.	10:00 - 11:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	48,00 €	Cornelia Hakert-Eßer	8
Di	233209	Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining	08.08. - 26.09.	11:00 - 12:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	48,00 €	Cornelia Hakert-Eßer	8
Di	233210	Spinning®	08.08. - 12.12.	20:00 - 21:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	153,00 €	Antje Scholl	17
Di	233212	Spinning®	08.08. - 12.12.	21:00 - 22:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	153,00 €	Reiner Lange	17
Di	234202	Fit Mix	08.08. - 12.12.	16:30 - 17:30	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	89,30 €	Axel Wiederhold	17
Di	232603	Tennis	17.10. - 12.12.	09:00 - 10:00	Tennis Center Moraing; Oberheidstr. 31-35, 45475 MH	131,00 €	Michael Goerke	9
Di	232604	Tennis	17.10. - 12.12.	10:00 - 11:00	Tennis Center Moraing; Oberheidstr. 31-35, 45475 MH	131,00 €	Michael Goerke	9
Di	232605	Tennis	17.10. - 12.12.	11:00 - 12:00	Tennis Center Moraing; Oberheidstr. 31-35, 45475 MH	131,00 €	Michael Goerke	9
Di	233214	Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining	17.10. - 19.12.	09:00 - 10:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	60,00 €	Cornelia Hakert-Eßer	10
Di	233215	Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining	17.10. - 19.12.	10:00 - 11:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	60,00 €	Cornelia Hakert-Eßer	10
Di	233216	Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining	17.10. - 19.12.	11:00 - 12:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	60,00 €	Cornelia Hakert-Eßer	10
Mi	231218	B.o.P. + Fitness Trampolin	09.08. - 13.12.	18:00 - 19:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 1; Südstr. 25a, 45470 MH	84,00 €	Sabine Arzberger	17
Mi	231219	Wassergymnastik	09.08. - 20.12.	17:00 - 17:45	Rembergschule, Schwimmbad; Rembergstr. 7, 45470 MH	136,00 €	Astrid Wagener	17
Mi	231220	Wassergymnastik	09.08. - 20.12.	17:45 - 18:30	Rembergschule, Schwimmbad; Rembergstr. 7, 45470 MH	136,00 €	Astrid Wagener	17
Mi	231221	Wassergymnastik	09.08. - 20.12.	19:30 - 20:30	Rembergschule, Schwimmbad; Rembergstr. 7, 45470 MH	136,00 €	Anne Ingensandt	17
Mi	231222	Wassergymnastik	09.08. - 20.12.	20:30 - 21:30	Rembergschule, Schwimmbad; Rembergstr. 7, 45470 MH	136,00 €	Anne Ingensandt	17
Mi	231223	Wirbelsäulengymnastik	02.08. - 20.12.	09:00 - 10:00	Turnerschaft Saarn; Mintarder Straße 82, 45481 MH	84,00 €	N.N.	16
Mi	231224	Wirbelsäulengymnastik	02.08. - 20.12.	11:15 - 12:15	Turnerschaft Saarn; Mintarder Straße 82, 45481 MH	84,00 €	N.N.	16
Mi	233217	T-Bo-Robix	09.08. - 13.12.	19:00 - 20:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	84,00 €	Christina Helfrich	16

Tag	Nr.	Titel	Zeitraum	Uhrzeit	Ort	Gebühr	Kursleitung	Kurstermine
Mi	233219	ZUMBA®	09.08. - 13.12.	18:00 - 19:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	108,00 €	Christina Helfrich	16
Mi	233238	Yoga Fitness	09.08. - 13.12.	16:30 - 17:45	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	144,00 €	Eva Cassel	16
Mi	231237	Flexi - Training	23.08. - 13.12.	20:00 - 21:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 1; Südstr. 25a, 45470 MH	73,50 €	Alexandra Grüter	16
Mi	231235	SKS Schein (Sportküstenschifferschein) inkl. SBF "See"	30.08. - 10.01.	19:00 - 22:00	Haus des Sports; Südstr. 25, 45470 MH	598,00 €	Klaus Mielcarek	45
Do	231225	Aquafitness	10.08. - 14.12.	20:30 - 21:30	Rembergschule, Schwimmbad; Rembergstr. 7, 45470 MH	136,00 €	Birgit Seeger	17
Do	231227	Konditionsgymn. und Übungen zur Körper-Performance	10.08. - 14.12.	19:00 - 20:00	Turnhalle Mellinghofer Straße 56, 45473 MH	89,30 €	Ulrich Schmitz	17
Do	231228	P.P.B.	10.08. - 14.12.	18:00 - 19:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 1; Südstr. 25a, 45470 MH	89,30 €	Ute Naurath	17
Do	232202	Starker Rücken - starke Typen	10.08. - 14.12.	17:00 - 18:00	MRW Sporthalle; Wiesenstraße 36, 45473 MH	89,30 €	N.N.	17
Do	233223	Wirbelsäulengymnastik	10.08. - 14.12.	09:30 - 10:30	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	89,30 €	Susanne Amman	17
Do	233224	Wirbelsäulengymnastik	10.08. - 14.12.	10:30 - 11:30	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	89,30 €	Susanne Amman	17
Do	233225	ZUMBA®	10.08. - 14.12.	18:00 - 19:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	115,00 €	Christina Helfrich	17
Do	233226	ZUMBA®	10.08. - 14.12.	20:00 - 21:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	115,00 €	Ulymar Garcia Nierhaus	17
Fr	231229	Tanze die Freude an der Bewegung - Ausdruckstanz	11.08. - 29.09.	19:00 - 20:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 1; Südstr. 25a, 45470 MH	42,00 €	N.N.	8
Fr	234203	Spinning®	11.08. - 08.12.	16:00 - 17:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	144,00 €	Antje Scholl	16
Fr	231232	Aquafitness	22.09. - 15.12.	18:00 - 19:00	Friedrich Wennmann Bad; Yorkstraße 2, 45472 MH	99,00 €	N.N.	11
Fr	231233	Aquafitness	22.09. - 15.12.	19:00 - 20:00	Friedrich Wennmann Bad; Yorkstraße 2, 45472 MH	99,00 €	N.N.	11
Fr	231230	Tanze die Freude an der Bewegung - Ausdruckstanz	20.10. - 15.12.	19:00 - 20:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 1; Südstr. 25a, 45470 MH	47,50 €	N.N.	8
Fr	236001	Fortbildung für Bewegungsfachkräfte "Prima Leben"	17.11. - 17.11.	08:00 - 16:00	Kita Karlchen; Friedrich-Karl-Str. 45, 45476 MH	95,00 €	Karin Völker	8
Sa	232606	Tennis	12.08. - 30.09.	09:00 - 10:00	Sport Treff; Hardenbergstr. 71, 45472 MH	124,00 €	N.N.	8
Sa	232607	Tennis	12.08. - 30.09.	10:00 - 12:00	Sport Treff; Hardenbergstr. 71, 45472 MH	124,00 €	N.N.	8
Sa	232608	Tennis	12.08. - 30.09.	09:00 - 10:00	Sport Treff; Hardenbergstr. 71, 45472 MH	124,00 €	Michael Goerke	8
Sa	232609	Tennis	12.08. - 30.09.	10:00 - 11:00	Sport Treff; Hardenbergstr. 71, 45472 MH	124,00 €	Michael Goerke	8
Sa	232610	Tennis	12.08. - 30.09.	11:00 - 12:00	Sport Treff; Hardenbergstr. 71, 45472 MH	124,00 €	Michael Goerke	8
Sa	232611	Tennis	12.08. - 30.09.	12:00 - 13:00	Sport Treff; Hardenbergstr. 71, 45472 MH	124,00 €	Michael Goerke	8
Sa	233230	Pole Dance - Akrobatik an der Stange - Level 1 - Einst.	26.08. - 30.09.	10:00 - 11:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	72,00 €	Alexandra Grüter	6
Sa	233231	Pole Dance - Akrobatik an der Stange - Level 2 - Aufbau	26.08. - 30.09.	11:00 - 12:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	72,00 €	Alexandra Grüter	6
Sa	231236	Sportbootführerschein "Binnen" und "See", Kombi-Kurs	09.09. - 10.09.	09:00 - 16:00	Haus des Sports; Südstr. 25, 45470 MH	128,00 €	Klaus Mielcarek	2
Sa	231234	Aqua-Cycling	23.09. - 16.12.	11:00 - 12:00	Friedrich Wennmann Bad; Yorkstraße 2, 45472 MH	104,50 €	Birgit Hartmann	11
Sa	232612	Tennis	21.10. - 16.12.	09:00 - 10:00	Sport Treff; Hardenbergstr. 71, 45472 MH	140,00 €	N.N.	9
Sa	232613	Tennis	21.10. - 16.12.	10:00 - 11:00	Sport Treff; Hardenbergstr. 71, 45472 MH	140,00 €	N.N.	9
Sa	232614	Tennis	21.10. - 16.12.	09:00 - 10:00	Sport Treff; Hardenbergstr. 71, 45472 MH	140,00 €	Michael Goerke	9
Sa	232615	Tennis	21.10. - 16.12.	10:00 - 11:00	Sport Treff; Hardenbergstr. 71, 45472 MH	140,00 €	Michael Goerke	9
Sa	232615	Tennis	21.10. - 16.12.	10:00 - 11:00	Sport Treff; Hardenbergstr. 71, 45472 MH	140,00 €	Michael Goerke	9
Sa	232616	Tennis	21.10. - 16.12.	11:00 - 12:00	Sport Treff; Hardenbergstr. 71, 45472 MH	140,00 €	Michael Goerke	9
Sa	232617	Tennis	21.10. - 16.12.	12:00 - 13:00	Sport Treff; Hardenbergstr. 71, 45472 MH	140,00 €	Michael Goerke	9
Sa	233232	Pole Dance - StartUp Workshop	21.10. - 21.10.	10:00 - 11:30	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	20,00 €	Annika Hanhardt	2
Sa	233233	Pole Dance - Akrobatik an der Stange - Level 1 - Einst.	28.10. - 16.12.	10:00 - 11:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	96,00 €	Alexandra Grüter	8
Sa	233234	Pole Dance - Akrobatik an der Stange - Level 2 - Aufbau	28.10. - 16.12.	11:00 - 12:00	Haus des Sports, Gymnastikraum 2; Südstr. 23, 45470 MH	96,00 €	Alexandra Grüter	8

Bitte melden Sie sich bei Interesse möglichst über unsere Homepage (sportangebote-muelheim.de) und die Kursnummer an, oder melden sich telefonisch bei uns.