

## Ganzkörper-Training ohne Geräte

8 Kurseinheiten

Donnerstags von 18:10 bis 19:10 Uhr

1 Euro pro Stunde, insgesamt 8 Euro

Kursleiterin: Alexandra Wolf

Kursort: Kommunales Jugendzentrum

Hindenburgstraße 47, 95445 Bayreuth

Kursbeginn am 10.02.2022 bis 07.04.2022

## Schwimmen für Fortgeschrittene

8 Kurseinheiten

Mittwochs von 19:00 bis 20:00 Uhr

1 Euro pro Stunde, insgesamt 8 Euro

Kursleiterin: Elke Friedrich

Kursort: Graf-Münster-Gymnasium

Schützenplatz 12, 95444 Bayreuth

Kursbeginn am 09.02.2022 bis 06.04.2022



mit Unterstützung von Soroptimist International-Bayreuth

eine weltweite Stimme  
für Frauen



## Information und Anmeldung:

Stadt Bayreuth

Amt für Kinder, Jugend, Familie und

Integration

Projektkoordinatorin Alexandra Wolf

Kanalstraße 3, 95444 Bayreuth

Telefon: 0921 25-1121

E-Mail: alexandra.wolf@stadt.bayreuth.de

Webseite: [www.familien-in-bayreuth.de](http://www.familien-in-bayreuth.de)

Mo. - Di. 11:00 bis 12:00 Uhr

Mi. - Fr. 09:00 bis 12:00 Uhr

Kommunales Jugendzentrum

Hindenburgstraße 47, 95445 Bayreuth

Mo. - Di. 09:00 bis 10:00 Uhr

Di. - Do. 18:00 bis 20:00 Uhr

Für Kurse in Innenräumen gelten die tagesaktuellen Regeln. Bitte informieren Sie sich auf der Seite des Bayerischen Staatsministeriums des Innern, für Sport und Integration.

## Sportförderprojekt von Frauen für Frauen



Das BIG-Projekt: Bewegung als  
Investition in Gesundheit

Unser Angebot für Frauen:

- Günstig und wohnortnah
- Spaß an Bewegung mit Musik
- Entspannung
- Möglichkeit, Frauen aus unterschiedlichen Kulturkreisen kennenzulernen

Anmeldung bei der Stadt Bayreuth, „BIG“-Projekt  
Bitte Anmeldung vor Kursbeginn persönlich abgeben.  
Quereinstieg über das ganze Semester möglich (ausgenommen Schwimmenlernen)

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Wohnort

Telefon, Telefax

E-Mail

Hiermit melde ich mich verbindlich für folgende Kurse an: (bitte Zutreffendes ankreuzen)

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Fitness- Aerobic               | <input type="checkbox"/> Zumba Gold          |
| <input type="checkbox"/> Schwimmen für Fortgeschrittene | <input type="checkbox"/> Orientalischer Tanz |
| <input type="checkbox"/> Pilates                        | <input type="checkbox"/> Hata Yoga           |
| <input type="checkbox"/> Nordic Walking                 | <input type="checkbox"/> Ganzkörper-Training |

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen für die Kurse des „BIG“-Projektes werden hiermit akzeptiert. Ich bestätige hiermit, dass mir die Allgemeinen Geschäftsbedingungen bei der Abgabe des Anmeldeformulars ausgehändigt wurden.

Ort, Datum

Unterschrift

Bitte hier abtrennen

Die Bewegungsangebote im Rahmen des Sportförderprojekts „BIG“ werden vom Amt für Kinder, Jugend, Familie und Integration durchgeführt. Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) finden Sie im Projektbüro bzw. im Amt für Kinder, Jugend, Familie und Integration. Diese AGB's werden Ihnen bei der Anmeldung ausgehändigt; Gerne können wir Ihnen die AGB's vorab auch zuschicken. Bezahlung: Bar, mit Kursbeginn, bei der Projektkoordinatorin, Alexandra Wolf.  
In den Ferien findet kein Kurs statt.

### Fitness-Aerobic

8 Kurseinheiten  
Montags von 09:00 bis 10:00 Uhr  
1 Euro pro Stunde, insgesamt 8 Euro  
Kursleiterin: Alexandra Wolf  
Kursort: Kommunales Jugendzentrum  
Hindenburgstraße 47, 95445 Bayreuth  
Kursbeginn am 07.02.2022 bis 04.04.2022

### Hata Yoga

Dieser Kurs wendet sich an Personen, die noch keine Erfahrungen im Yoga haben.  
Hier erwirbst Du Schritt für Schritt die Grundlagen der Asanas, sanfte Atemübungen und Entspannungstechniken. Beweglichkeit, Vitalität und Gesundheit sind die langfristigen Erfolge.  
8 Kurseinheiten  
Donnerstags von 19:15 bis 20:15 Uhr  
1 Euro pro Stunde, insgesamt 8 Euro  
Kursleiterin: Alexandra Wolf  
Kursort: Kommunales Jugendzentrum  
Hindenburgstraße 47, 95445 Bayreuth  
Kursbeginn am 10.02.2022 bis 07.04.2022

### Pilates

5 Kurseinheiten  
Dienstags von 9:00 bis 10:00 Uhr  
1 Euro pro Stunde, insgesamt 5 Euro  
Kursleiterin: Inge Butler  
Kursort: Kommunales Jugendzentrum  
Hindenburgstraße 47, 95445 Bayreuth  
Kursbeginn am 08.03.2022 bis 05.04.2022

### Orientalischer Tanz

8 Kurseinheiten  
Dienstags von 18:10 bis 19:10 Uhr  
1 Euro pro Stunde, insgesamt 8 Euro  
Kursleiterin: Maria Kiourtsoglou-Kyrmpatsou  
Kursort: Kommunales Jugendzentrum  
Hindenburgstraße 47, 95445 Bayreuth  
Kursbeginn am 08.02.2022 bis 05.04.2022

### Zumba Gold (Zumba für Anfänger) Eine einfachere und Gelenk schonendere Form von Zumba

8 Kurseinheiten  
Dienstags von 19:15 bis 20:15 Uhr  
1 Euro pro Stunde, insgesamt 8 Euro  
Kursleiterin: Sabine Tröger  
Kursort: Kommunales Jugendzentrum  
Hindenburgstraße 47, 95445 Bayreuth  
Kursbeginn am 08.02.2022 bis 05.04.2022

### Nordic Walking Treff (Kostenlos)

Donnerstags von 09:00 bis 10:00 Uhr  
Kursleiterin: Alexandra Wolf  
Treffpunkt: Röhrensee  
Pottensteiner Straße 6, 95447 Bayreuth  
Kursbeginn am 10.02.2022 bis 07.04.2022  
Bitte mitbringen: Gute Laune, NW-Stöcke, sportliche Bekleidung im Zwiebelssystem, evtl. Gurt mit Trinkflasche.