

Sportangebote des BSV Achim e.V.

Stand Juli 2018

Sparte	Wochentag	Zeit	Ort	Ansprechpartner
Rückenschule/Wirbelsäulengymnastik				
1 PräV-Gruppe	Dienstag	19.00-20.00	Paulsberghalle	Anita Wick
2 PräV-Gruppe	Mittwoch	10.00-11.00	Sporthalle Uphusen	Regina Banks
3 PräV-Gruppe	Mittwoch	17.30-18.30	Realschulhalle	Anita Wick
4 PräV-Gruppe	Donnerstag	18.30-20.30	Realschulhalle	Ute Gerken
Koronarsport				
Übungsgruppe bis 75 Watt (Reha)	Mittwoch	16.00-17.00	Sporthalle Uphusen	Ute Gerken/ Regina Banks
Übungsgruppe ab 75 Watt	Mittwoch	16.00-17.00	Sporthalle Uphusen	Ute Gerken/ Regina Banks
Neu Aktiv-Gruppe	Mittwoch	17.00-18.00	Sporthalle Uphusen	Ute Gerken/ Regina Banks
Multiple-Sklerosesport/Schlaganfall/M.Parkinson				
Reha-Gruppe	Montag	14.30-16.00	Paulsberghalle	Elke Schwarz
Wassergymnastik/Schwimmen/Aqua-Fitness				
Funktionstraining	Montag	14.30-15.15	Schwimmh. Uesen	Agape Psilitelis
1 Reha-Rücken	Montag	15.15-16.00	Schwimmh. Uesen	Agape Psilitelis
2 Reha-Rheuma/ Arthrose	Montag	16.00-16.45	Schwimmh. Uesen	Agape Psilitelis
3 Reha-Gruppe	Mittwoch	18.30-19.15	Schwimmh. Uesen	Agape Psilitelis
4 Reha-Gruppe	Mittwoch	19.15-20.00	Schwimmh. Uesen	Agape Psilitelis
Präventivgruppe	Donnerstag	18.00-19.00	Schwimmh. Uesen	Andrea Düvel
Schwimmen	Donnerstag	20.00-21.00	Schwimmh. Uesen	Katja Fuchs
5 Reha-Gruppe	Freitag	14.30-15.15	Schwimmh. Uesen	Regina Banks
Aqua-Fitness	Freitag	19.00-20.00	Schwimmh. Uesen	Janina Neuhaus
Frauengruppe	Freitag	20.00-21.00	Schwimmh. Uesen	Janina Neuhaus
Kinder-/Jugendgruppen Wasser- und Hallensport				
Ki/Ju-Gruppe	Mittwoch	16.00-17.30	Schwimmh. Uesen	Susanne Steinbach
Kindergruppe	Mittwoch	17.30-18.30	Schwimmh. Uesen	Andrea Skäbe
Kindergruppe	Freitag	15.15-16.00	Schwimmh. Uesen	Susanne Steinbach
Lungensport				
Reha-Gruppe	Montag	16.00-17.00	Paulsberghalle	Cäcilia Apel-Kranz
Fit im Sitzen				
Prävention	Mittwoch	10.00-11.00	Sporthalle Uphusen	Peter Schweizer
Beckenboden				
Prävention	Freitag	11.00-12.00	Sporthalle Uphusen	Regina Banks
Freizeit				
Skat & Doppelkopf	1. Dienstag im Monat	19.00-21.30	BSV Heim	Heiko Kremer