

Sportangebote des BSV Achim e.V.

Stand September 2020

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	18.30-19.30	Realschulhalle	C. L.-Ardighiere
5 PräV-Gruppe	Donnerstag	19.30-20.30	Realschulhalle	Heinrich Schirmer
Koronarsport				
Übungsgruppe I (Reha)	Mittwoch	16.00-17.00	Sporthalle Uphusen	C. L.-Ardighiere / Regina Banks
Übungsgruppe II (Reha)	Mittwoch	16.00-17.00	Sporthalle Uphusen	C. L.-Ardighiere / Regina Banks
Übungsgruppe III (Reha)	Mittwoch	17.00-18.00	Sporthalle Uphusen	C. L.-Ardighiere / Regina Banks
Aktiv-Gruppe IV (Mitglieder/Präv.)	Mittwoch	17.00-18.00	Sporthalle Uphusen	C. L.-Ardighiere / Regina Banks
Multiple-Sklerosesport/Schlaganfall/M.Parkinson				
Reha-Gruppe	Montag	14.30-16.00	Paulsberghalle	Regina Banks
Wassergymnastik/Schwimmen/Aqua-Fitness				
Funktionsgymnastik1	Montag	14.30-15.15	Schwimmh. Uesen	Agape Psilitelis
Reha-Rücken	Montag	15.15-16.00	Schwimmh. Uesen	Agape Psilitelis
Reha-Rheuma/ Arthrose	Montag	16.00-16.45	Schwimmh. Uesen	Agape Psilitelis
Funktionsgymnastik2	Mittwoch	19.15-20.00	Schwimmh. Uesen	Agape Psilitelis
Wassergymnastik	Donnerstag	18.00-19.00	Schwimmh. Uesen	Heinrich Schirmer
Bewegung i. Wasser	Donnerstag	20.00-21.00	Schwimmh. Uesen	Katja Fuchs
Aqua-Fitness	Freitag	19.00-20.00	Schwimmh. Uesen	Janina Neuhaus
Aqua-Fitness für Frauen	Freitag	20.00-21.00	Schwimmh. Uesen	Janina Neuhaus
Kinder-/Jugendgruppen Wasser- und Hallensport				
1 Ki/Ju-Gruppe	Mittwoch	16.00-16.45	Schwimmh. Uesen)	Janina Neuhaus /
2 Kindergruppe	Mittwoch	16.45-17.30	Schwimmh. Uesen)	Michaela Mantei
3 Kindergruppe	Mittwoch	17.30-18.15	Schwimmh. Uesen	
Lungensport				
1 Reha-Gruppe	Montag	16.00-17.00	Paulsberghalle	Cäcilia Apel-Kranz
2 Reha-Gruppe	Freitag	12.00-13.00	Paulsberghalle	Regina Banks
Fit im Sitzen				
Prävention	Mittwoch	10.00-11.00	Sporthalle Uphusen	Heinrich Schirmer
Beckenboden				
Prävention	Freitag	11.00-12.00	Sporthalle Uphusen	Regina Banks

Freizeit

Skat &
Doppelkopf

1. Donnerstag
im Monat

18.00-19.30

BSV Heim

Heiko Kremer