

RÖTZ

sportlich & kreativ

VHS-Angebote in RötZ & Umgebung



VHS Waldmünchen-RötZ e.V.

Geschäftsstelle: VHS
Marktplatz 18 | 93449 Waldmünchen

www.vhs-waldmuenchen-roetz.de



sportlich

Kursleitung	Termin	Ort	Kosten	Anmeldung
Aqua-Fitness				
Markus Fleischmann Physiotherapeut/ Aqua-Trainer	Mittwoch, 09.01.2019 9.15 – 10.15 Uhr, 10.15 – 11.15 Uhr 13.30 – 14.30 Uhr	Hallenbad RötZ	90,- € Präventionskurse nach § 20 SGB V (werden von den Krankenkassen bezuschusst)	Therapiepunkt RötZ, Pfr-Baumann-Str. 14 92444 RötZ 09976/200075 www.therapiepunkt.de
Tanja Niklas Physiotherapeutin/ Aqua-Trainerin	Freitag, 11. 01.2019, 17 – 18 Uhr je 10 Termine á 60 Min. Mittwoch, 20. März 2019 9.15 – 10.15 Uhr, 10.15 – 11.15 Uhr je 8 Einheiten a 60 Minuten		72,- € (8 Termine)	
Aqua-Jogging				
Markus Fleischmann Physiotherapeut/ Aqua-Trainer	Mittwoch, 09.01.2019 19 - 20 Uhr, 20 – 21 Uhr	Hallenbad RötZ	90,- € Präventionskurse nach § 20 SGB V (werden von den Krankenkassen bezuschusst)	Therapiepunkt RötZ, Pfr-Baumann-Str. 14 92444 RötZ 09976/200075 www.therapiepunkt.de
Tanja Niklas Physiotherapeutin/ Aqua-Trainerin	Freitag, 11. 01.2019 19 – 20 Uhr, 20 – 21 Uhr je 10 Termine á 60 Min. Mittwoch, 20.03.2019 19 - 20 Uhr, 20 – 21 Uhr Freitag, 22.03.2019 19 – 20 Uhr, 20 – 21 Uhr je 8 Einheiten a 60 Minuten		72,- € (8 Termine)	
Aqua Gymnastik				
Markus Fleischmann Physiotherapeut/Aqua- Trainer	Freitag, 11. 01.2019 16 – 17 Uhr, 18 – 19 Uhr je 10 Termine á 60 Min.	Hallenbad RötZ	90,- € Präventionskurse nach § 20 SGB V (werden von den Krankenkassen bezuschusst)	Therapiepunkt RötZ, Pfr-Baumann-Str. 14 92444 RötZ 09976/200075 www.therapiepunkt.de
Tanja Niklas Physiotherapeutin/ Aqua-Trainerin	Freitag, 22.03.2019, 18 – 19 Uhr 8 Einheiten a 60 Minuten		72,- € (8 Termine)	
Rückenschule				
Tanja Niklas Physiotherapeutin/ Rückenschulleiterin	Dienstag, 15.01.2019, 18 – 19 Uhr 10 Termine á 60 Min	Therapie- punkt RötZ	80,- € Zertifizierung nach § 20 beantragt min. 8 Teilnehmende	Therapiepunkt RötZ 09976/200075 www.therapiepunkt.de
Pilates				
Tanja Niklas Physiotherapeutin/ Pilates-Trainerin	Dienstag, 15.01.2019, 19 - 20 Uhr 10 Termine á 60 Min.	Therapie- punkt RötZ	80,- € Zertifizierung nach § 20 beantragt	Therapiepunkt RötZ, 09976/200075 www.therapiepunkt.de



Kursleitung	Termin	Ort	Kosten	Anmeldung
Laufkurs Natural-Running				
Markus Fleischmann Physiotherapeut/ Natural-Running Trainer	Infoabend: Mittwoch, 20.03.2019, 19 Uhr Kursbeginn: Donnerstag, 28.03.2019 18.30 - 20 Uhr 8 Termine á 90 Minuten	Therapiepunkt Rötz Praxis	120,- € min. 8 Teilnehmende	Therapiepunkt Rötz, Pfr-Baumann-Str. 14 92444 Rötz 09976/200075 www.therapiepunkt.de

Hatha-Yoga

Ingrid Schoierer	Dienstag, 08.01.2019 9 - 10 Uhr, 18.30 - 19.30 Uhr 19.45 - 20.45 Uhr je 10 Termine á 60 Min. Dienstag, 2. April 2019 9 - 10 Uhr, 18.30 - 19.30 Uhr je 5 Termine á 60 Min.	vormittags: Sporthalle Rötz, Spiegelsaal abends: Volksschule Rötz	50,- € 25,- €	Tourist-Info, Rötz, Tel. 09976 / 94 11 60
------------------	---	---	----------------------	--

Yoga 50 plus

Beate Windmaißer	Donnerstag, 10.01.2019 und 04.04.2019 8.30 - 9.30 Uhr, 9.45 - 10.45 Uhr je 10 Termine á 60 Min.	Sporthalle Rötz	50,- €	Tourist-Info, Rötz, Tel. 09976 / 94 11 60 mitbringen: Socken, bequeme Klei- dung, Isomatte, Kissen und Wolldecke
------------------	--	-----------------	--------	--

Wirbelsäulengymnastik Schönthal

Frieda Dobler	Dienstag, 12.03.2019, 19 Uhr 10 Termine á 45 Min	Pfarrhof Schönthal	30,- € min. 8 Teilnehmende	Tourist-Info, Rötz, Tel. 09976 / 94 11 60
---------------	---	--------------------	-------------------------------	--

Wirbelsäulengymnastik Rötz

Frieda Dobler	Freitag, 15.03.2019, 18.45 Uhr 10 Termine á 45 Min.	Volksschule Rötz	30,- € min. 8 Teilnehmende	Tourist-Info, Rötz, Tel. 09976 / 94 11 60
---------------	--	------------------	-------------------------------	--

Fitness durch Spinning

Martin Hörmann	Montag, 07.01.2019, 18 Uhr 8 Termine á 60 Min. Montag, 11.03.2019, 18 Uhr Montag, 29.04.2019, 18 Uhr je 5 Termine á 60 Min.	Physiotherapie- zentrum Weber, Rötz, Böhmerstr. 4		Physiotherapiezentrum Weber, Rötz, 09976/90 29 29
----------------	---	---	--	---

Kinderyoga

Beate Windmaißer	Donnerstag, 07.02.2019, 15.30 - 16.30 Uhr	Turnhalle Spiegelsaal	40,- €	Tourist-Info, Rötz, Tel. 09976 / 94 11 60 mitbringen: Socken, bequeme Klei- dung, Isomatte, Kissen und Wolldecke
------------------	--	--------------------------	--------	--

Vorträge

Mein letzter Wille geschehe - wirklich?

damit der letzte Wille auch so umgesetzt wird, wie man sich es wünscht

RAin Elke Kestler	Mittwoch, 16.01.2019, 19 Uhr	Fürstenkasten Rötz, Böhmerstr. 18	2,- €	ohne Anmeldung
-------------------	------------------------------	-----------------------------------	-------	----------------

Leider bin ich "offline" - gestorben, aber nicht im www!

Informationen über die Vererbung bzw. Verwaltung des digitalen Nachlasses

RAin Elke Kestler	Mittwoch, 06.02.2019, 19 Uhr	Fürstenkasten Rötz, Böhmerstr. 18	2,- €	ohne Anmeldung
-------------------	------------------------------	-----------------------------------	-------	----------------