



## Primärpräventionskurse beim U.S.C. Paloma

Brucknerstraße 24, 22083 Hamburg

**Ansprechpartner Frank Montag**

Tel. 29 41 26

Fax 29 68 88

[info@uscpaloma.de](mailto:info@uscpaloma.de)

[www.uscpaloma.de](http://www.uscpaloma.de)

### Ein Angebot für die Mitarbeiter im Bezirk Barmbek

#### **Hatha Yoga** (ÜL Bonnie-Michelle Grigat)

**Kurs:** 10 Termine à 90 Minuten  
**Datum:** laufend  
**Tag:** Mittwoch  
**Uhrzeit:** 19:00 – 20:30 Uhr  
**Ort:** Sportraum Brucknerstraße 24  
**Kosten:** 85,00 €

#### **Rücken – Fit** (ÜL Iris Ablaß)

**KK Zuschuss möglich**

**Kurs:** 6 Termine à 90 Minuten  
**Datum:** 19.08. – 23.09.2010  
**Tag:** Donnerstag  
**Uhrzeit:** 16:30 – 18:00 Uhr  
**Ort:** Sporthalle Brucknerstraße 1  
**Kosten:** 72,00 €

#### **Wirbelsäulengymnastik** (ÜL Cäcilie Hoffmann-Pagnotta)

**Kurs:** 10 Termine à 60 Minuten  
**Datum:** laufend  
**Tag:** Mittwoch  
**Uhrzeit:** 18:00 – 19:00 Uhr  
**Ort:** Sporthalle Brucknerstraße 1  
**Kosten:** 75,00 €

#### **Wirbelsäulengymnastik** (ÜL Iris Ablaß)

**Kurs:** 10 Termine à 60 Minuten  
**Datum:** laufend  
**Tag:** Donnerstag  
**Uhrzeit:** 18:00 – 19:00 Uhr  
**Ort:** Sporthalle Brucknerstraße 1  
**Kosten:** 75,00 €

#### **BBRP 40+** (ÜL Helga Rosebrock)

**Kurs:** 10 Termine à 60 Minuten  
**Datum:** laufend  
**Tag:** Montag  
**Uhrzeit:** 18:30 – 19:30 Uhr  
**Ort:** Sporthalle Imstedt 18  
**Kosten:** 75,00 €

**Anmeldung für alle Kurse erforderlich – Änderungen vorbehalten**