



# Bewegtes Zentrum e.V.

Kortumstraße 125  
47057 Duisburg

T: 0203/ 6084148  
F: 0203/ 6084147

M: bewegtes-zentrum@web.de  
W: www.bewegtes-zentrum.de

## Kurse und Termine Herbst 2020

Titel des Kurses	Kurstermine	Vertiefungstermine
<b>Qigong – freie Themen</b> (nur für Mitglieder)	<b>Mi. 12.08.2020, Do. 13.08.2020</b> <b>Mi. 19.08.2020, Do. 20.08.2020</b> <b>Mi. 26.08.2020, Do. 27.08.2020</b>	
<b>Qigong - Präventionskurs</b>	<b>Mi. 02.09. – 18.11.2020</b> <b>Do. 03.09. – 19.11.2020</b>	<b>Mi. 25.11., 02.12.2020</b> <b>Do. 26.11., 03.12.2020</b>
<b>Qigong – freie Themen</b> (nur für Mitglieder)	<b>Mi. 09.12., 16.12.2020</b> <b>Do. 10.12., 17.12.2020</b>	
<b>NEU</b> <b>Pilates – Präventionskurs</b> (Geibelstraße)	<b>Mi. 02.09. – 18.11.2020,</b> <b>20.15 – 21.15 Uhr</b>	<b>Mi. 25.11., 02.12.2020</b> <b>Do. 26.11., 03.12.2020</b>

Zeiten: wöchentliche Kurse	Veranstaltungsort
<b>Mi. 9.00 – 10.00 Uhr (Qigong)</b> <b>Mi. 10.15. – 11.15 Uhr (Qigong)</b> <b>Mi. 17.45 – 18.45 Uhr (Qigong)</b> <b>Mi. 19.00 – 20.00 Uhr (Qigong)</b> <b>Mi. 20.15 – 21.15 Uhr (Pilates)</b>	Gymnastikraum (Sporthalle hinter der Wiese) Geibelstraße/St. Anna-Weg, 47057 DU-Neudorf
<b>Do. 19.00 – 20.00 Uhr (Qigong)</b> <b>Do. 20.15 – 21.15 Uhr (Qigong)</b>	Gemeindehaus-Jugendzentrum Neudorf-West Gustav-Adolf-Str. 65, Seiteneingang links 47057 Duisburg-Neudorf

### Bezuschussung durch die gesetzlichen Krankenkassen

Die grün markierten Kurse sind anerkannte Präventionskurse und werden von den gesetzlichen Krankenkassen unterstützt. Bitte erkundigen Sie sich nach der Erstattungspraxis Ihrer Krankenkasse.

Präventionskurse kosten Euro 120,-, haben 10 Kursstunden und zwei kostenfreie Vertiefungstermine. (Für Mitglieder kostet der Pilates-Kurs, zusätzlich zur Jahresgebühr, Euro 90,-.)

Wir wünschen bewegende und gesunde Kursstunden.

Das Team vom Bewegten Zentrum e.V.

Bewegtes Zentrum e.V.

1. Vorsitzende: Ursula Hermann, Kassenwart: Angel Alava Pons

Bankverbindung: Volksbank Rhein-Ruhr, BIC: GENODED 1 VRR, IBAN: DE 13 3506 0386 1291 0300 00

Steuernummer: 109/5974/0097; Vereinskennziffer LSB: 1002091