

Mitglieder-Information

2018 - 1

Veranstaltungen 2018



www.deutsche-lymphschulung.de
info@deutsche-lymphschulung.de

wiederkehrende Termine

DI jede Woche	Wassergymnastik
19:00 – 20:00 Uhr bei Vortrag	Schwimmhalle, MEDIAN Kaiserberg-Klinik, Am Kaiserberg 8-10, 61231 Bad Nauheim
19:30 – 20:30 Uhr bei Gesprächsrunde	Wassergymnastik findet jede Woche statt - unabhängig von Ferien / Urlaub / Kranksein!
DI jeden 1. im Monat	Gesprächsrunde / Vortrag
20:30 Uhr	Infos: Doris Gonnermann Tel: 0 60 32 - 9 37 19 01, Elisabeth Engel Tel: 0 60 32 - 21 19
MI jede Woche	Trockengymnastik
20:00 Uhr	Turnhalle, MEDIAN Kaiserberg-Klinik, Am Kaiserberg 8-10, 61231 Bad Nauheim Trockengymnastik findet jede Woche statt - unabhängig von Ferien / Urlaub / Kranksein!
jeden 1. Mittwoch im Monat jeden 3. Mittwoch im Monat	Faszien-Gymnastik mit Smovey Ringen (bitte die eigenen mitbringen!)
SA jeden 1. im Monat 14:00 Uhr	Nordic-Walking, offener Laufftreff mit Trainer
FR jeden 1. im Monat 18:00 Uhr	von 08.10.2017 - bis Ende Mai 2018 ab Frauenwaldschule, Nieder-Mörlen ab Juni ab Friedhofparkplatz Bad Nauheim, Richtung Ockstadt
und	Ansprechpartnerin Milena 0 60 32 - 8 61 33 Mit Aufwärmen und Dehnen ca. 60 Minuten. Trinkflasche mit Wasser nicht vergessen! - Neueinsteiger brauchen keine Vorkenntnis
	keine Stöcke. Vereinsstöcke können gegen Pfand von 25 € ausgeliehen werden. Sie können auch zum Privatgebrauch mit nach Hause genommen werden.

Einzel-Termine

In der Zeit vom **21.02. - 14.03. 2018** wird Milena von Frau Christel Kurtz vertreten. Sie ist Gesundheitsberaterin für Rücken, Füße & Gelenke, Personalcoach in Sachen Stress und Burnout, Entspannungstrainerin und Übungsleiterin. Z.Zt. studiert sie Heilpraktikerin an der Heilpraktikerschule in Gießen.

Ihre Stunden beinhalten Gymnastik, Beckenbodentraining, Wahrnehmungs-, Atem- und Entspannungsübungen. Für die Stunde am 21.02. (3. Mittwoch im Monat) bitte wie gewohnt die eigenen Smoveys mitbringen.

DI 06.03.2018	offene Gesprächsrunde – ohne besonderes Thema
20:45 Uhr	MEDIAN Kaiserberg Klinik, 61231 Bad Nauheim - bitte den Hinweisschildern folgen – <u>Bitte beachten Wassergymnastik beginnt um 19:30 Uhr</u>
DI 03.04.2018	Gesprächsrunde – für neue Mitglieder „Fragen rund um die Lymph-Bestrumpfung“
20:30 Uhr	Allerneuste Anziehhilfe für <u>Kompressions-Bestrumpfung</u> MEDIAN Kaiserberg Klinik, 61231 Bad Nauheim - bitte den Hinweisschildern folgen – <u>Bitte beachten Wassergymnastik beginnt um 19:00 Uhr</u>
DO 19.04.2018	Mitgliederversammlung „Gasthaus zur Wetterau“
19:30 Uhr	Oppershofen ACHTUNG !!! Auf Wunsch vieler berufstätigen Mitglieder, haben wir einen anderen Ort und auch eine andere Uhrzeit gewählt

TERMINE BITTE SCHON VORMERKEN!!!

11. August 2018 - Teilnahme an der Selbsthilfe Meile in Bad Nauheim - Hilfe am Stand wird gerne angenommen - **Bitte bei Elisabeth Engel melden-**

18. August 2018 - Sommerfest um 17:00 Uhr im Gasthaus zur Wetterau in Oppershofen

13. Oktober 2018 - Brustkrebstag am Hochwaldkrankenhaus

1. Vorsitzende:	Doris Gonnermann, Am Ölberg 3	61231 Bad Nauheim	Tel: 0 60 32 - 9 37 19 01	Fax: 0 60 32 - 97 15 59
2. Vorsitzende:	Elisabeth Engel, Schwalheimer Str. 39	61231 Bad Nauheim	Tel: 0 60 32 - 21 19	
Schatzmeisterin:	Monika Estelmann, Rendeler Str. 22 a	61184 Karben	Tel: 0 60 39 - 36 13	Fax: 0 60 39 - 93 49 52
Bankverbindung:	BIC: VBMH DE 5F	IBAN: DE 62 5139 0000 0085580701		VoBa Mittelhessen