

Kurse

Gesundheit. Sport. Gemeinschaft.
Egal, ob Du Anfänger oder Fortgeschrittener
bist, bei uns findest Du genau das Richtige
Sportart für Deine Gesundheit.

**Sei dabei und werde
Teil unserer
Sportlichen Familie!**



**Turn- und Sportverein
Bothfeld von 1904 e.V.**

**Carl-Loges-Str. 12
30657 Hannover**



info@tus-bothfeld.de



0511 / 604 69 60

TuS
BOTHFELD
04

Als einer der größten Sportvereine in Hannover mit über 2.300 Mitgliedern steht, der TuS Bothfeld 04 seit 1904 Jahr für Sport, Gesundheit und Gemeinschaft. Bei uns findest Du eine breite Palette an Sportarten für jedes Alter und jeden Fitnesslevel.



**Schritt für Schritt zu mehr Fitness.
Vielfältige Kurse – Von Yoga über
Gesundheitssport bis hin zu Zumba.**

SCAN ME



WIR BEWEGEN BOTHFELD



Der TuS Bothfeld 04 e.V.
steht für eine lange Tradition im Sport
und eine offene Atmosphäre.

**Jede*r ist bei uns
herzlich willkommen,
unabhängig von Herkunft,
Geschlecht oder Religion!**

**Wir stehen entschieden gegen Rassismus,
Antisemitismus,
Sexismus, Homo- und Transphobie sowie alle
anderen
Formen der Diskriminierung!**



WIR BEWEGEN BOTHFELD



RESPEKT VEREINT!

Babys in Bewegung

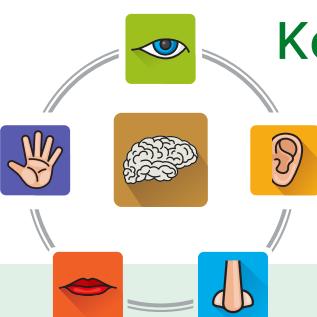
Babys erkunden die Welt durch Bewegung und Sinne. In „Babys in Bewegung“ fördern wir das spielerisch und altersgerecht. Eltern lernen, wie sie ihre Babys optimal unterstützen können. Der Kurs bietet Babys Kontakt zu Gleichaltrigen und Eltern die Möglichkeit zum Austausch.



Dienstags: 09:15-10:15 Uhr

Dienstags: 10:45-11:45 Uhr

Ort: Mehrzweckraum, Carl-Loges-Straße 12



Kosten:

60 EUR für Mitglieder

80 EUR für Nicht-Mitglieder

10 Einheiten à 60 min

Cardio- Aktiv

Dieses präventive Ausdauertraining zielt darauf ab, die Fitness zu verbessern und Bewegungsmangel vorzubeugen. Es stärkt das Herz-Kreislauf-System und umfasst auch funktionelle Gymnastik, Dehn- sowie Kräftigungsübungen. Wahrnehmungsübungen, Stationstraining und Walking runden das Programm ab. Der Kurs ist mit den Qualitätssiegeln „Pluspunkt Gesundheit“ und „Sport pro Gesundheit“ ausgezeichnet und wird oft von Krankenkassen bezuschusst.

Dienstags: 18:30-19:30 Uhr

Ort: Turnhalle Albrecht-Dürer-Schule, Ebelingstr. 3

Donnerstags: 19:00-20:00 Uhr

Ort: Turnhalle Hägewiesenschule, Hägewiesen 111

Kosten:

kostenlos für Mitglieder

100 EUR für Nicht-Mitglieder

12 Einheiten à 60 min



Fitness mit Schwingringen

Schwingringe sind handliche Ringe mit integrierten Edelstahlkugeln, die beim Training vibrieren. Diese Vibrationen fördern Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination und die Tiefenmuskulatur, lösen Verspannungen und regen Lymphfluss sowie Fettverbrennung an. Der Kurs eignet sich für alle, die in einer kleinen Gruppe effektiv trainieren möchten.

Montags: 17:30-18:30 Uhr

Ort: Mehrzweckraum, Carl-Loges-Straße 12

Kosten: 20 EUR für Mitglieder

65 EUR für Nicht-Mitglieder

10 Einheiten à 60 min

Fitness Step

Fitness Step ist ein intensives Ausdauertraining, das Beine, Gesäß und das Herz-Kreislauf-System stärkt. Es eignet sich sowohl für Anfänger*innen als auch Erfahrene, die eine komplette Step-Aerobic-Choreografie erlernen möchten. Gelenkschonend und kalorienverbrennend, kombiniert der Kurs verschiedene Schritte mit motivierender Musik, was für gute Laune sorgt.

Dienstags: 20:00-21:00 Uhr

Ort: Mehrzweckraum, Carl-Loges-Straße 12

Kosten: 20 EUR für Mitglieder

65 EUR für Nicht-Mitglieder

10 Einheiten à 60 min



Funktionstraining

Funktionstraining erhält Körperfunktionen und stärkt Strukturen, ob präventiv oder rehabilitativ. Der "Basic"-Kurs ist ideal für Einsteiger*innen, während der "Intensiv"-Kurs Fortgeschrittene fordert. Gelenkschonendes Training verbessert die Leistungsfähigkeit. Mit ärztlicher Verordnung könnt ihr euch anmelden.

Montags:	Basic 1	08:00-08:30 Uhr
	Basic 2	08:30-09:00 Uhr
	Basic 3	09:15-09:45 Uhr
	Basic 4	09:45-10:45 Uhr
Dienstags:	Basic 5	17:00-17:30 Uhr
	Intensiv 1	17:30-18:00 Uhr
Mittwochs:	Basic 6	17:00-17:30 Uhr
	Intensiv 2	17:30-18:00 Uhr
Donnerstags:	Basic 7	17:00-17:30 Uhr
	Basic 8	17:00-17:30 Uhr
	Intensiv 3	18:00-18:30 Uhr



Ort: Mehrzweckraum, Carl-Loges-Straße 12
Kosten: **kostenlos auf Verordnung**
Privat 8.00 EUR / Einheit



Funktionstraining PLUS

Für alle, die mehr als 30 Minuten trainieren möchten. Mehr Zeit für Übungen, Technik und Wirkung, um Körperfunktionen zu erhalten und Strukturen zu stärken.

Dienstags:	PLUS 1	16:00-17:00 Uhr
		Ort: Mehrzweckraum, Carl-Loges-Straße 12
Kosten:		8,00 EUR auf Verordnung Privat 14,00 EUR / Einheit

Kickboxfitness

Tritt- und Schlagtechniken treffen auf Aerobic: Ohne komplizierte Choreos, aber mit viel Energie! Das Training verbessert Ausdauer, Koordination und stärkt dein Selbstbewusstsein – ideal zum Stressabbau und zur Fettverbrennung.

Montags:

Anfänger 19:00-20:00 Uhr

Fortgeschrittene 20:00-21:00 Uhr

Ort: Mehrzweckraum, Carl-Loges-Straße 12

Kosten: 20 EUR für Mitglieder

65 EUR für Nicht-Mitglieder

10 Einheiten à 60 min



Koronarsport (Reha-Sport)

Dieses Sportangebot richtet sich an Menschen, die nach einer Herzoperation oder einem Herzinfarkt ihre Fitness wieder aufbauen möchten. Im Fokus stehen Ausdauer, Koordination und Gelenkmobilisation. Das Training wird von einer ärztlichen Person und einem spezialisierten Übungsleiter betreut.

Die Teilnahme erfolgt meist per ärztlicher Verordnung und wird von der Krankenkasse übernommen.

Montags:

Übungsgruppe 1 17:30-19:00 Uhr

Trainingsgruppe 19:00-20:00 Uhr

Ort: Turnhalle Hägewiesenschule, Hägewiesen 111



Dienstags:

Übungsgruppe 2 17:30-19:00 Uhr

Übungsgruppe 3 19:00-20:00 Uhr

**Ort: Turnhalle Hoffmann-von-Fallersleben-Grundschule,
Thorner Str. 2**

Kosten:

kostenlos auf Verordnung

Privat 10.00 EUR / Einheit

Kung Fu

Kung Fu ist ein traditioneller chinesischer Kampfstil, der Körper und Geist gleichermaßen schult. Dieser Kurs fördert Disziplin, Selbstbewusstsein, Flexibilität, Kraft und Ausdauer. Ein zentraler Aspekt ist die effiziente Nutzung der Kraft des Gegners. Darüber hinaus werden wichtige Werte wie Respekt und Teamfähigkeit vermittelt.

Dienstags: **Apr-Sept: 17:00-18:00 Uhr - Kinder**
18:00-19:00 Uhr - Erwachsene

Okt-März: 18:30-19:30 Uhr
- Kinder und Erwachsene

Ort: Turnhalle Grundschule Grimsehlweg,

Kosten: **20 EUR für Mitglieder**
65 EUR für Nicht-Mitglieder
10 Einheiten à 60 min



Lungensport

Lungensport ist eine wissenschaftlich belegte Therapieform für Menschen mit Atemwegs- und Lungenerkrankungen und ergänzt die medikamentöse Behandlung sinnvoll. Das speziell angepasste Training umfasst Atem-, Kraft-, Koordinations- und Beweglichkeitsübungen, die die Lungenfunktion unterstützen und die Atmung an die körperliche Leistungsfähigkeit anpassen. Geleitet wird die Gruppe von einer qualifizierten Kursleitung.

Dienstags: **15:00-16:00 Uhr**

Mittwochs: **15:00-16:00 Uhr**
16:00-17:00 Uhr

Ort: Mehrzweckraum, Carl-Loges-Straße 12,

 **Kosten:** **kostenlos auf Verordnung**
Privat 10.00 EUR / Einheit

Kegelbahn

Unsere Kegelbahn öffnet ihre Türen – für gesellige Runden, Eure Feier oder einen Familiennachmittag. Verpflegung kann optional in der Vereinsgaststätte H'Vin bestellt werden – bitte wendet Euch hierzu direkt an das H'Vin.



Öffnungszeiten und Preise:

Öffnungszeiten: **dienstags – freitags ab 16 Uhr + samstags und sonntags ab 10 Uhr**

Mindestnutzungsdauer: 1 Stunde

Kinder-Kegelgeburtstage beim TuS Bothfeld:



Für Kinder von ca. 6 bis 12 Jahren und max. 15 Personen
(davon max. 12 Kinder)

3 Stunden Nutzungszeit auf unseren beiden Kegelbahnen sowie
dem angrenzenden Aufenthaltsraum
kostenlose Vorlage für Eure Einladungskarten und einen
Geburtstagstischaufsteller
kostenlose Spielanleitungen für Kinder-Kegelspiele
ein Geschenk für das Geburtstagskind von TuSbi -
(hochwertige, doppelwandige Edelstahl-Trinkflasche mit
Aufdruck)

Festpreis: 50 EUR

SCAN ME



Nordic Walking

Wenn Rücken, Arme, Nacken, Knie oder Hüfte Beschwerden machen und Du Dich draußen bewegen möchten, ist Nordic Walking ideal. Dieses sanfe Ganzkörpertraining stärkt durch den Stockeinsatz den gesamten Muskelapparat. Unser Kurs ist besonders für Anfänger*innen geeignet und findet ganzjährig statt.



Donnerstags: 09:30-11:00 Uhr

Mittwochs: 18:30-20:00 Uhr

Ort: Sportplatz, Carl-Loges-Str. 12

Kosten: **kostenlos für Mitglieder
65 EUR für Nicht-Mitglieder**

10 Einheiten à 90 min



STRONG Nation® (HIIT Workout)

STRONG Nation® ist ein mitreißendes HIIT-Workout (Hochintensives Intervalltraining), das Kraft, Ausdauer und Musik perfekt kombiniert. Jede Bewegung ist genau auf den Beat abgestimmt und motiviert dich, alles zu geben.

In 60 intensiven Minuten verbrennst du Kalorien, formst deinen Körper und wirst spürbar fitter und stärker.

Freitags: 11:00-12:00 Uhr

Ort: Mehrzweckraum, Carl-Loges-Straße 12

Kosten: **20 EUR für Mitglieder
65 EUR für Nicht-Mitglieder**
10 Einheiten à 60 min



Pilates

Pilates ist ein effektives Übungssystem, das durch präzise, fließende Bewegungen und bewusste Atmung die Rumpfmuskulatur stärkt. Es verbessert Haltung, Muskulatur und Beweglichkeit. Regelmäßiges Training fördert die Körperwahrnehmung und entspannt Geist und Seele.

Kurs 1 Anfänger

Montags: 16:30-17:30 Uhr

Ort: Mehrzweckraum, Carl-Loges-Straße 12

Kurs 2 Fortgeschrittene

Dienstags: 17:00-18:00 Uhr

Kurs 3 Fortgeschrittene

Mittwochs: 19:00-20:00 Uhr

Ort: Turnhalle Hoffmann-von-Fallersleben-Grundschule,
Thorner Str. 2

Kurs 4

Mittwochs: 19:30-20:30 Uhr

Kurs 5

Mittwochs: 20:30-21:30 Uhr

Kurs 6

Donnerstags: 18:30-19:30 Uhr

Ort: Mehrzweckraum, Carl-Loges-Straße 12

Kosten:

**20 EUR für Mitglieder
65 EUR für Nicht-Mitglieder**

10 Einheiten à 60 min



Pilates und Yoga am Morgen

Pilates kräftigt die Tiefenmuskulatur und sorgt für Stabilität, Yoga bringt Flexibilität, Balance und innere Ruhe. Gemeinsam stärken sie Körper und Geist – ideal für einen kraftvollen, entspannten Start in den Tag.

Mittwochs: 09:00-10:00 Uhr

Donnerstags: 09:00-10:00 Uhr

Donnerstags: 10:00-11:00 Uhr

Ort: Mehrzweckraum, Carl-Loges-Straße 12

Kosten: **20 EUR für Mitglieder**

65 EUR für Nicht-Mitglieder

10 Einheiten à 60 min



Rücken-Aktiv

Der Kurs stärkt durch gezielte Gymnastik die Wirbelsäule, beugt Rückenproblemen vor und fördert das Wohlbefinden. Mit abwechslungsreichen Übungen und Entspannungstechniken trägt er das Qualitätssiegel „Pluspunkt Gesundheit“ und wird oft von Krankenkassen gefördert.

Dienstags: 17:15-18:30 Uhr

Ort: Turnhalle Albrecht-Dürer-Schule, Ebelingstr. 3

Mittwochs: 18:15-19:45 Uhr

Ort: Turnhalle Grundschule Grimsehlweg, Grimsehlweg 20,

Donnerstags: 18:30-20:00 Uhr

Ort: Turnhalle Hoffmann-von-Fallersleben-Grundschule, Thorner Str. 2

Donnerstags: 17:45-19:00 Uhr

Ort: Turnhalle Hägewiesenschule, Hägewiesen 111

Kosten: **30 EUR für Mitglieder**

120 EUR für Nicht-Mitglieder

10 Einheiten à 90 min/12 Einheiten à 75 min



Tabata

Tabata ist ein Intervalltraining mit sehr kurzen, hochintensiven Belastungsphasen und kurzen Pausen. Kraft- und Ausdauerübungen werden in schneller Abfolge ausgeführt, wobei jede Übung innerhalb eines Intervalls besonders intensiv durchgeführt wird.

Dienstags: 18:00-18:30 Uhr

Ort: Mehrzweckraum, Carl-Loges-Straße 12

Kosten:

20 EUR für Mitglieder

50 EUR für Nicht-Mitglieder

10 Einheiten à 90 min



TaiChi & Qigong

TaiChi verbindet Bewegung, Meditation und Selbstschutz. Der Kurs vermittelt die Grundlagen in Theorie und Praxis. Qigong ergänzt dies mit sanften Übungen zur Förderung der Gesundheit.

Freitags: 15:30-17:00 Uhr

Ort: Mehrzweckraum, Carl-Loges-Straße 12

30 EUR für Mitglieder

Kosten: 90 EUR für Nicht-Mitglieder

10 Einheiten à 90 min



Yoga für Kinder

Mit Fantasie, Bewegung und Ruhe entdecken Kinder beim Yoga ihren Körper. Achtsamkeit, Konzentration und Beweglichkeit werden ganz ohne Druck gefördert – in einer fröhlichen, entspannten Atmosphäre.

Donnerstags 15:30 Uhr – 16:30 Uhr



Ort: Mehrzweckraum, Carl-Loges-Straße 12

Kosten:

20 EUR für Mitglieder

65 EUR für Nicht-Mitglieder

10 Einheiten à 60 min

Yoga / Yin Yoga / Vinyasa Flow Yoga

Yoga für Senioren / Hatha Yoga

Yoga stärkt Kraft, Flexibilität und Achtsamkeit. Ob Hatha, Yin oder Marma-Yoga – jede Form fördert auf ihre Weise Entspannung, Körperwahrnehmung und innere Ruhe. Ideal, um Grenzen zu erkennen und in Balance zu kommen.

Yoga

Freitags: 17:15-18:15 Uhr

Vinyasa Flow Yoga

Mittwochs: 17:45-18:45 Uhr

Yoga für Senioren

Montags: 15:30-16:30 Uhr



Ort: Turnhalle Hoffmann-von-Fallersleben-Grundschule, Thorner Str. 2



Yin Yoga

Donnerstags: 19:45-20:45 Uhr

Ort: Mehrzweckraum, Carl-Loges-Straße 12

Kosten: 20 EUR für Mitglieder

65 EUR für Nicht-Mitglieder

10 Einheiten à 60 min

Marma Yoga

Dienstags: 18:30-20:00 Uhr

Yin Yoga

Montags: 10:30-12:00 Uhr

30 EUR für Mitglieder

95 EUR für Nicht-Mitglieder

Hatha Yoga

Mittwochs: 18:00-19:30 Uhr

30 EUR für Mitglieder

90 EUR für Nicht-Mitglieder



Kosten:

Ort: Mehrzweckraum, Carl-Loges-Straße 12

10 Einheiten à 90 min

Zumba / Zumba Gold

Zumba ist eine von lateinamerikanischer Musik inspirierte, leicht verständliche und kalorienverbrennende Dance-Fitness-Party – voller Energie, Rhythmus und Spaß!

Zumba Gold richtet sich speziell an Fitness-Einsteiger*innen, aktive ältere Erwachsene und Menschen mit eingeschränkter Beweglichkeit. Mit reduzierter Intensität bietet es einen sanften Einstieg ins Training – ideal z. B. nach Verletzungen oder zur allgemeinen Steigerung des Wohlbefindens. Der Hauptunterschied zu regulärem Zumba liegt im Tempo und der Belastung.

Zumba

Donnerstags: 19:30-20:30 Uhr

Ort: Sporthalle Grimsehlwegschule, Grimsehlweg 20

Freitags: 10:00-11:00 Uhr

Ort: Mehrzweckraum, Carl-Loges-Straße 12

Kosten: **20 EUR für Mitglieder**
 65 EUR für Nicht-Mitglieder

10 Einheiten à 60 min

Zumba Gold

Dienstags: Apr-Sept: 20:30-21:30 Uhr

Ort: Sporthalle Grimsehlwegschule, Grimsehlweg 20

Dienstags: Okt-März: 20:00-21:00 Uhr

Ort: Sporthalle Käthe-Kollwitz-Schule, Podbielskistraß3 230

Kosten: **20 EUR für Mitglieder**
 65 EUR für Nicht-Mitglieder

10 Einheiten à 60 min



Kooperationsangebot zwischen der Deutschen Multiple Sklerose Gesellschaft Niedersachsen (DMSG) und dem TuS Bothfeld 04 e.V.

Praxisgruppe Sport

Sport stärkt Körper und Seele – auch bei Multiple Sklerose. Unsere Gruppe bietet ein Koordinations-, Kraft-, Ausdauer- und Beweglichkeitstraining, das neurotrophe Wirkungen unterstützt. Ziel ist es, persönliche Grenzen schrittweise zu erweitern, mit viel Spaß und ohne Überforderung. Jeden 1. Sonntag im Monat, 12:00–15:00 Uhr Neben den Übungen bleibt Zeit für Gespräche, Pausen und Theorie.

Zumba Gold

Bewegung und Musik für Menschen mit Multiple Sklerose und neurologischen Erkrankungen. Jeden 2. Samstag im Monat, 11:00–12:00 Uhr in der barrierefreien Sport-Kita Bothfeld, ideal für Einsteiger*innen und Personen mit eingeschränkter Bewegungsfreiheit

Auch für Menschen im Rollstuhl geeignet. Sanfter Fitnessaufbau, gesteigertes Wohlbefinden, gemeinsame Freude an Musik und Bewegung sowie Zeit für Pausen und Austausch.

Ort: Sportkita Bothfeld, Prinz-Albrecht-Ring2

Kosten: **kostenlos für Mitglieder**
60 EUR für Nicht-Mitglieder



Kontakt:

Anja Grau, DMSG Niedersachsen,

Tel: 0511/ 70 33 38,

E-Mail: grau@dmsg-niedersachsen.de

Thomas Riebe,

Tel.: 0511/ 90 55 11 26,

E-Mail: riebe@tus-bothfeld.de



- Deutsche
- Multiple Sklerose
- Gesellschaft
- Landesverband

Niedersachsen e.V.



GESUNDHEIT



KOSTENLOS FÜR VEREINSMITGLIEDER



Damenfitness, aktiv in Bewegung

Donnerstags 20:00 - 21:30 Uhr

FöS Albrecht-Dürer-Schule (Ebelingstr.3)

Damengymnastik

Montags 19:00-20:00 Uhr

GS Grimsehlweg (Grimsehlweg 20)

Damengymnastik

Mittwochs 20:00-22:00 Uhr

GS Gartenheimstraße (Gartenheimstr. 2 - große Halle)

Modern Dance- ab 25 Jahre

Dienstags 18:30 - 20:00 Uhr

GS Grimsehlweg (Grimsehlweg 20)

50+, Damen und Herren

Dienstags 15:45-16:45 Uhr

GS Hoffmann-von-Fallersleben (Thorner Str. 2)

50+, Damen und Herren

Donnerstags 16:00-17:00 Uhr

FöS Albrecht-Dürer-Schule (Ebelingstr. 3)

Sitzgymnastik für Senioren

Dienstags 14:45-15:45 Uhr

GS Hoffmann-von-Fallersleben (Thorner Str. 2)

Walking

Mittwochs 10:00-11:30 Uhr

Sportplatz, Carl-Loges-Str. 12



Sport im Park

„Sport im Park“ ist eine stadtweite Initiative der Landeshauptstadt Hannover, die jedes Jahr in den Sommermonaten kostenlose Bewegungsangebote im Freien ermöglicht.

Ob Yoga, Fitness, Tanzen oder Ballsportarten – hier ist für alle etwas dabei!

Auch der **TuS Bothfeld 04 e.V.** ist regelmäßig mit kostenlosen Schnupperangeboten dabei und lädt alle Interessierten ein, mitzumachen.

SCAN ME



Weitere Infos & aktuelle Termine

Wann? Jedes Jahr zwischen Mai und September!

Deutsches Sportabzeichen

Jedes Jahr kannst du beim TuS Bothfeld 04 e.V. das Deutsche Sportabzeichen ablegen – eine Auszeichnung für deine Fitness in Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination.



Für alle Altersklassen

Ohne Vereinsmitgliedschaft
In Bronze, Silber oder Gold



SCAN ME



Weitere Infos & aktuelle Termine

Kurshinweise

Kurslaufzeit: Unsere Kurse laufen in festen Zeiträumen und bestehen aus 10 Terminen. Der Start- und Endzeitpunkt ist für alle Teilnehmenden gleich.

Ausfalltermine: Fallen Kurstermine aufgrund von Feiertagen, Ferien oder Krankheit der Kursleitung aus, werden diese nachgeholt. Der Kurs verlängert sich entsprechend.

Versäumte Termine: Falls du einen Termin verpasst, kann dieser leider nicht nachgeholt werden.

Kursgebühren: Die Gebühren variieren je nach Kurs. Mitglieder zahlen weniger oder nehmen in bestimmten Kursen kostenlos teil.

Krankheit & besondere Umstände: Einzelne Krankheitstage können wir bei der Gebühr nicht berücksichtigen. Bei längerer Krankheit, einer OP oder einem Umzug kannst du dich abmelden oder pausieren lassen. Melde dich dafür bei der Kursleitung, im Geschäftszimmer oder per E-Mail an info@tus-bothfeld.de.

Zahlung der Kursgebühr: Mit der Online-Anmeldung erteilst du uns ein SEPA Lastschriftmandat. Die Gebühr wird nach Kursende automatisch eingezogen.

Weiterführende Kurse: Wenn du einen Kurs fortsetzen möchtest, melde dich bitte erneut online an. Bestehende Teilnehmende haben Vorrang, um die gewohnte Gruppendynamik zu erhalten.

Warteliste: Ist ein Kurs ausgebucht, kannst du dich online auf die Warteliste setzen lassen. Wird ein Platz frei, informieren wir dich in der Reihenfolge der Warteliste.

Kurshinweise Rehasport/ Funktionstraining

Kurslaufzeit: Die Gruppen sind fortlaufend. Der Start- und Endzeitpunkt ist für jeden Teilnehmenden individuell, abhängig vom Genehmigungszeitraum der ärztlichen Verordnung. Selbstzahler können nach Absprache jederzeit in den Kurs ein- und aus dem Kurs aussteigen.

Regelmäßige Teilnahme: Die Kostenträger setzen eine regelmäßige Teilnahme am Rehasport/ Funktionstraining für den gesundheitlichen Nutzen der verordneten Maßnahme voraus. Unterbrechungen sollen auf begründete Ausnahmefälle begrenzt werden. Bsp.: Urlaub, Krankenhausaufenthalt, Arbeitsunfähigkeit

Versäumte Termine: Falls du einen Termin verpasst, kann dieser nicht nachgeholt werden. Die Kursleitung ist über Fehlzeiten zu informieren. Bei längerer unentschuldigter Abwesenheit behalten wir uns vor, das Angebot vorzeitig zu beenden und den Platz anderweitig zu vergeben.

Ausfalltermine: Da es sich um fortlaufende Angebote handelt, werden Kurstermine, die aufgrund von Feiertagen, Urlaub oder Krankheit der Kursleitung ausfallen, nicht nachgeholt.

Krankheit und besondere Umstände: Bei längerer Krankheit oder einer OP könnt ihr euch abmelden oder pausieren. Melde dich dafür bei der Kursleitung, im Geschäftszimmer oder per E-Mail an info@tus-bothfeld.de.

Kursgebühren: Für Teilnehmende mit einer ärztlichen Verordnung fallen keine Kosten an. Für Selbstzahler variieren die Kursgebühren je nach Kurs. Die Kursgebühren sind für Mitglieder und Nicht-Mitglieder gleich.

Zahlung der Kursgebühr (Selbstzahler): Mit der Online-Anmeldung erteilst du uns ein SEPA-Lastschriftmandat. Die Gebühr wird je nach Kurs viertel-/halbjährlich automatisch eingezogen.

Warteliste: Ist ein Kurs ausgebucht, kannst du dich online auf die Warteliste setzen lassen. Wird ein Platz frei, informieren wir dich in der Reihenfolge der Warteliste.

Weiterführende Kurse: Da es sich um ein fortlaufendes Angebot handelt, ist eine erneute Online-Anmeldung nicht notwendig. Möchtest du nach Laufzeitende der Verordnung weitermachen, besorge dir rechtzeitig eine neue Genehmigung für Rehasport/ Funktionstraining.



• • • • • • • • • Öffnungszeiten der Geschäftsstelle

Montag 17:00-19:00 Uhr
Mittwoch 10:00-11:00 Uhr
Donnerstag 18:00-20:00 Uhr



WIR BEWEGEN BOTHFELD

**Bleib immer auf dem Laufenden
und melde Dich jetzt für unseren Newsletter an.
Egal ob Infos zu neuen Kursen, spannenden
Vereinsaktivitäten oder neue Veranstaltungen –
unser Newsletter
hält Dich immer auf
dem neuesten Stand.**

Aufnahmeantrag



Profitiere von
unserer
Mitgliedschaft!

Instagram

SCAN ME



Newsletter

SCAN ME

