

Termine auf einen Blick

- 07.02. Start Fahrservice nach Bad Salzdettfurth
jeden Mittwoch im Februar+März,
Abfahrt 8:30 Uhr Pavillon Ortsmitte, Rückfahrt 11:30 Uhr
- 12.02. Faschingsturnen
16-17 Uhr im DGH Harber
- 02.03. 3.Harbscher Kindersachen Basar
10-13 Uhr im DGH Harber mit Kaffee/
Kuchen und Bratwurst im Brötchen
- 14.03. Start Rückenfitness
- 02.04. Start Soundbath Kurs April
- 04.04. Start Musikalische Frühgewöhnung
- 05.04. Start Nordic Walking Kurs durch Harber
- 08.04. Start Mama-Fit Kurs mit Stephe
- 20.04. Basteln für Kinder
für Mutter-/Vatertag im DGH Harber
- 29.10. Start Soundbath Kurs Oktober/November
- 23.11. 4.Harbscher Kindersachen Basar
- 24.11. Ausgabe Adventskalender von Frauen für Frauen
- 06.12. Nikolaus-Stündchen
Eine Stunde fröhliches Zusammensein bei
Heissgetränk & Leckerei mit musikal. Begleitung.
17-18 Uhr, vor Elberlah 7



Impressum

Miteinander Harber e.V.

VR 201587/ Amtsgericht Hildesheim
Jessica Goller, Elberlah 23, 31249 Harber
Tel: 0151/67519450 / miteinander-harber-ev@web.de

Miteinander Harber e.V.



Programmheft 2024

Kurse

Aktionen

Events

Angebote



Miteinander Harber e.V.
z.H. Jessica Goller
Elberlah 23
31249 Harber

Kurse

Kinderturnen

Montags 16-16:45 Uhr im DGH Harber
kostenlos für Vereinsmitglieder

Nordic Walking Kurs

Erlernen von Basics, Dehnungen, Aufwärmung, Stockhaltung und Atmung.
5 Termine je ca. 60 min.,
Fr. 05.04., 12.04., 19.04., 26.04., 03.05.,
9:30 Uhr Pavillon Ortsmitte,
kostenlos für Vereinsmitglieder
Nichtmitglieder 12,50€/5 Termine

Soundbath-Klangbäder für Körper, Geist & Seele

Soundbath-Sitzungen sind darauf ausgerichtet, dir eine wohlverdiente Pause zu ermöglichen, körperliche Beschwerden zu lindern und dein Wohlbefinden zu steigern.
4 Sitzungen je 60 min.,
Kurs April: 02.04., 09.04., 16.04., 23.04.
Kurs Oktober/November: 29.10., 05.11., 12.11., 19.11.,
19-20 Uhr im DGH Harber
Vereinsmitglieder 24€/4 Sitzungen
Nichtmitglieder 40€/4 Sitzungen

Mama-Fit Kurs mit Stephie

Kraft-/Ausdauertraining um fit durch den Alltag mit Kind zu kommen.
6 Termine a 60 min.,
Mo. 08.04., 15.04., 22.04., 29.04., 06.05., 13.05.,
20-21 Uhr im DGH Harber,
kostenlos für Vereinsmitglieder
Nichtmitglieder 15€/6 Termine

Rückenfitness

Zertifizierter Präventionskurs, rückerstattungsfähig bei jeder Krankenkasse bis zu 100%.
Übungen mit eigenem Körpergewicht aus Physiotherapie und Yoga zur Kräftigung und Förderung der Beweglichkeit in jeder Altersgruppe.
8 Termine je 60 min.,
Do. 14.03., 21.03., 28.03., 04.04., 11.04., 18.04., 25.04., 02.05.,
10-11 Uhr im DGH Harber,
100€/ 8 Termine pro Kursteilnehmer/in

Musikalische Frühgewöhnung bis 5 Jahre

Mit Trommeln, Klatschen und Gesang wird Kindern die Welt der Musik spielerisch nahegebracht und lädt zum mitmachen ein.
4 Termine je 45 min.,
Do. 04.04., 11.04., 18.04., 25.04.,
15:30-16:15 Uhr im DGH Harber,
kostenlos für Vereinsmitglieder
Nichtmitglieder 10€/ 4 Termine

Wir freuen uns auf Eure Anmeldungen!

**0,- Beitrittsgebühr
nur im Februar & März**



Ich melde mich für folgende/n Kurs/e an:
(Bitte zutreffendes ankreuzen)

Nordic Walking Kurs	<input type="checkbox"/>
Musikalische Frühgewöhnung	<input type="checkbox"/>
Rückenfitness	<input type="checkbox"/>
Mama FIT Kurs	<input type="checkbox"/>
Soundbath Kurs April	<input type="checkbox"/>
Soundbath Kurs Oktober/November	<input type="checkbox"/>

.....
(Name, Vorname)
(Telefon/Mobil)

.....
(Datum/ Unterschrift)