

Wir

brauchen nicht so fortzuleben,
wie wir gestern gelebt haben.

Machen wir uns von dieser Anschauung los,
und tausend Möglichkeiten
laden uns zu neuem Leben ein.

(Christian Morgenstern)

Gemeinsam aktiv unterwegs bringt Freude.

Manfred Janssen - Annemarie Nickesen

in Zusammenarbeit mit der Gemeinde Kranenburg

Inhaltsangabe:	Seite:
Rückenkurse in Kranenburg	3
Rückenkurse in Nütterden	4 - 5
Beweglich sein – beweglich bleiben – ab 60 Jahre	5 - 6
Sitz-Gymnastik in Kranenburg	6 - 7
Sitz-Gymnastik in Nütterden	8 – 9
Gymnastik „fit und aktiv“	9 - 10
Gymnastik „MIX & BOP“	10 - 11
Turnen – Toben – Tollen in Kranenburg	11 – 12
Turnen – Toben –Tollen in Nütterden	13
Yoga kennt kein Alter	14
Yoga am Morgen – wach - beweglich – fit	15
Hatha-Yoga – Beweglichkeit und Entspannung	16
Pilates-Gymnastik	17
Allgemeine Hinweise und Anmeldeverfahren	18 – 19
Sonstige Veranstaltungen des Verkehrsvereins Krbg.	20

Rückengymnastik für Mann und Frau – einen gesunden Rücken spürt man nicht

Rückenschmerzen sind häufig die Folge von Haltungsschäden oder einseitiger Belastung der Wirbelsäule. Durch gezielte Übungen zur Beweglichkeit der Wirbelsäule und Kräftigung der Muskulatur werden Beschwerden gelindert und vorbeugende Hilfen gegen gesundheitliche Schäden erreicht.

Es handelt sich um allgemeine Übungsformen, **nicht** um Behandlung individueller Krankheitsbilder.

Rückenkurse in Kranenburg

Veranstaltungsort: **Christophorus-Schule
Kranenburg, Turnhalle**
Leitung: **Gisela Bienen**

Bitte ein Handtuch, Turnbekleidung und Turnschuhe mit heller Sohle und nach Möglichkeit eine eigene Gymnastikmatte mitbringen!

Teilnehmerzahl: max. 16 Personen

101-19 Montag, 14.01.2019 bis 08.04.2019
17.00 Uhr – 17.45 Uhr
30,00 € / 12 Veranst. / 12 UStd.
Ausfall: 04.03.2019 (Rosenmontag)

102-19 Montag, 29.04.2019 bis 01.07.2019
17.00 Uhr – 17.45 Uhr
22,50 € / 9 Veranst. / 9 UStd.
Ausfall: 10.06.2019 (Pfingsten)

103-19 Montag, 02.09.2019 bis 09.12.2019
17.00 Uhr – 17.45 Uhr
32,50 € / 13 Veranst. / 13 UStd.
Ausfall: 14.10.2019 und 21.10.2019 (Herbstferien)

Rückenkurse in Nütterden

Veranstaltungsort: Familienzentrum
St.-Barbara-Kindergarten
Nütterden, Haferkamp
Leitung: Gisela Bienen

Bitte ein Handtuch, Turnbekleidung und Turnschuhe mit heller Sohle mitbringen sowie eine Gymnastikmatte mitbringen!

Teilnehmerzahl: max. 14 Personen

201-19 Dienstag, 15.01.2019 bis 09.04.2019
17.00 Uhr – 17.45 Uhr
32,50 € / 13 Veransth. / 13 UStd.

202-19 Dienstag, 30.04.2019 bis 02.07.2019
17.00 Uhr – 17.45 Uhr
25,00 € / 10 Veransth. / 10 UStd.

203-19 Dienstag, 03.09.2019 bis 10.12.2019
17.00 Uhr – 17.45 Uhr
27,50 € / 11 Veransth. / 11 UStd.
Ausfall: 14.10.2019 und 21.10.2019 (Herbstferien)
sowie 26.11.2019 und Feuerwehrübung
(Termin wird noch bekannt gegeben)

211-19 Dienstag, 15.01.2019 bis 09.04.2019
18.00 Uhr – 18.45 Uhr
32,50 € / 13 Veransth. / 13 UStd.

212-19 Dienstag, 30.04.2019 bis 02.07.2019
18.00 Uhr – 18.45 Uhr
25,00 € / 10 Veransth. / 10 UStd.

213-19 Dienstag, 03.09.2019 bis 10.12.2019
18.00 Uhr – 18.45 Uhr
27,50 € / 11 Veranst. / 11 UStd.
Ausfall: 14.10.2019 und 21.10.2019 (Herbstferien)
sowie 26.11.2019 und Feuerwehrübung
(Termin wird noch bekannt gegeben)

Beweglich sein – beweglich bleiben - ab 60 Jahre -

Dieser Kurs soll Freude an der Bewegung vermitteln. Er beinhaltet altersgerechte, schonende und aufbauende Gymnastik, Tanz, Spiele und Entspannung. So werden Beweglichkeit und Gesundheit gefördert und erhalten.

Bitte Sportbekleidung, ein Handtuch und Turnschuhe mit heller Sohle mitbringen!

Teilnehmerzahl: max. 18 Personen

Veranstaltungsort: Turnhalle St.-Georg-Schule
Nütterden
Leitung: Gisela Bienen

301-19 Donnerstag, 17.01.2019 bis 04.04.2019
16.00 Uhr – 17.30 Uhr
60,00 € / 12 Veranst. / 24 UStd.

302-19 Donnerstag, 02.05.2019 bis 04.07.2019
16.00 Uhr – 17.30 Uhr
40,00 € / 8 Veranst. / 16 UStd.
Ausfall: 03.05.2019 und 20.06.2019
(Christi Himmelfahrt und Fronleichnam)

303-19 Donnerstag, 05.09.2019 bis 12.12.2019
16.00 Uhr – 17.30 Uhr
60,00 € / 12 Veransth. / 24 UStd.
Ausfall: 03.10.2019 (Tag der Dtsch. Einheit)
sowie 17.10.2019 und 24.10.2019 (Herbstferien)



Sitz-Gymnastik für Mann und Frau in Kranenburg

Zur Wahrnehmung eines besseren Körpergefühls, zur Förderung der Beweglichkeit, Koordination und zur Stärkung der gesamten Muskulatur werden viele abwechslungsreiche Übungen durch sanfte und gezielte Gymnastik angeboten. Im Gehen, im Stand, im Sitzen mit vielen verschiedenen Handgeräten erleben die Teilnehmer abwechslungsreiche Bewegungsstunden.

Bequeme Freizeitbekleidung

Teilnehmerzahl: max. 15 Personen

Veranstaltungsort: Jugendfreizeitheim "Train-Stop"
Kranenburg, Bahnhofstraße 19
Leitung: Gisela Bienen

401-19 Montag, 14.01.2019 bis 08.04.2019
9.30 Uhr – 10.15 Uhr
30,00 € / 12 Veransth. / 12 UStd.
Ausfall: 04.03.2019 (Rosenmontag)

- 402-19** Montag, 29.04.2019 bis 01.07.2019
9.30 Uhr – 10.15 Uhr
22,50 € / 9 Verant. / 9 UStd.
Ausfall: 10.06.2019 (Pfingsten)
- 403-19** Montag, 02.09.2019 bis 09.12.2019
9.30 Uhr – 10.15 Uhr
32,50 € / 13 Verant. / 13 UStd.
Ausfall: 14.10.2019 und 21.10.2019 (Herbstferien)
- 411-19** Montag, 14.01.2019 bis 08.04.2019
10.30 Uhr – 11.15 Uhr
30,00 € / 12 Verant. / 12 UStd.
Ausfall: 04.03.2019 (Rosenmontag)
- 412-19** Montag, 29.04.2019 bis 01.07.2019
10.30 Uhr – 11.15 Uhr
22,50 € / 9 Verant. / 9 UStd.
Ausfall: 10.06.2019 (Pfingsten)
- 413-19** Montag, 02.09.2019 bis 09.12.2019
10.30 Uhr – 11.15 Uhr
32,50 € / 13 Verant. / 13 UStd.
Ausfall: 14.10.2019 und 21.10.2019 (Herbstferien)



Sitz-Gymnastik für Mann und Frau in Nütterden

Zur Wahrnehmung eines besseren Körpergefühls, zur Förderung der Beweglichkeit, Koordination und zur Stärkung der gesamten Muskulatur werden viele abwechslungsreiche Übungen durch sanfte und gezielte Gymnastik angeboten. Im Gehen, im Stand, im Sitzen mit vielen verschiedenen Handgeräten erleben die Teilnehmer abwechslungsreiche Bewegungsstunden.

Bequeme Freizeitbekleidung

Teilnehmerzahl: max. 14 Personen

Veranstaltungsort: Familienzentrum
St.-Barbara-Kindergarten
Nütterden, Haferkamp
Leitung: Gisela Bienen

501-19 Mittwoch, 16.01.2019 bis 10.04.2019
9.00 Uhr – 9.45 Uhr
32,50 € / 13 Verant. / 13 UStd.

502-19 Mittwoch, 08.05.2019 bis 03.07.2019
9.00 Uhr – 9.45 Uhr
22,50 € / 9 Verant. / 9 UStd.

503-19 Mittwoch, 04.09.2019 bis 11.12.2019
9.00 Uhr – 9.45 Uhr
32,50 € / 13 Verant. / 13 UStd.
Ausfall: 16.10.2019 und 23.10.2019 (Herbstferien)

511-19 Mittwoch, 16.01.2019 bis 10.04.2019
10.00 Uhr – 10.45 Uhr
32,50 € / 13 Verant. / 13 UStd.

512-19 Mittwoch, 08.05.2019 bis 03.07.2019
10.00 Uhr – 10.45 Uhr
22,50 € / 9 Veranst. / 9 UStd.

513-19 Mittwoch, 04.09.2019 bis 11.12.2019
10.00 Uhr – 10.45 Uhr
32,50 € / 13 Veranst. / 13 UStd.
Ausfall: 16.10.2019 und 23.10.2019 (Herbstferien)

Gymnastik "fit & aktiv"

Kraft – Ausdauer – Rhythmusgefühl – Kondition
Koordination und Gleichgewicht werden durch rhythmische
Gymnastik mit Musik verbessert. Die Vitalität und Beweglichkeit
durch wirbelsäulenschonende Ganzkörpergymnastik werden
gefördert.

Jede Teilnehmerin bekommt ein körpereigenes Gefühl für
Bewegung, die gut tut, und steigert so das eigene Wohlbefinden.

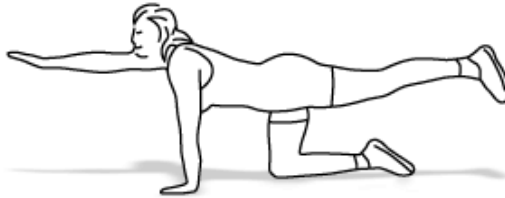
Bitte Turnschuhe mit heller Sohle, ein Handtuch und ein Getränk
mitbringen!

Veranstaltungsort: **Christophorus-Schule (GGs)**
Kranenburg, Turnhalle
Leitung: **Walburga Janssen –☎ 02826-2960055**

601-19 Montag, 07.01.2019 bis 01.04.2019
20.00 Uhr – 20.45 Uhr
27,50 € / 11 Veranst. / 11 UStd.
Ausfall: 21.01.2019 und 04.03.2019 (Rosenmontag)

602-19 Montag, 06.05.2019 bis 01.07.2019
20.00 Uhr – 20.45 Uhr
24,75 € / 8 Veranst. / 8 UStd.
Ausfall: 10.06.2019 (Pfingstmontag)

603-19 Montag, 02.09.2019 bis 09.12.2019
20.00 Uhr – 20.45 Uhr
27,50 € / 11 Veransth. / 11 UStd.
Ausfall: 07.10.2019 und 04.11.2019
14.10.2019 und 21.10.2019 (Herbstferien)



Gymnastik "MIX & BOP"

Zunächst ein Warmup durch gezieltes individuelles Lauftraining für Jede – entweder joggen oder walken.

Danach folgt ein abwechslungsreiches Workout für alle Problemzonenbereiche wie Bauch – Hüfte – Gesäß – Oberschenkel oder Nacken-Schulterbereich. Mit verschiedenen Hilfsmitteln wie Hanteln, Thera-Bänder oder Swingsticks werden die Übungen intensiviert.

Zum Abschluss ein Cool-down durch Entspannung sowie Atem- und Dehnübungen.

Turnschuhe mit heller Sohle, ein Handtuch und ein Getränk mitbringen!

Veranstaltungsort: Christophorus-Schule (GGS)
Kranenburg, Turnhalle
Leitung: Walburga Janssen – ☎ 02826-2960055

701-19 Mittwoch, 09.01.2019 bis 03.04..2019
19.00 Uhr – 20.30 Uhr
60,00 € / 12 Veransth. / 24 UStd.
Ausfall: 23.01.2019

702-19 Mittwoch, 08.05.2019 bis 26.06.2019
19.00 Uhr – 20.30 Uhr
40,00 € / 8 Veransth. / 16 UStd.

703-19 Mittwoch, 04.09.2019 bis 04.12.2019
19.00 Uhr – 20.30 Uhr
60,00 € / 12 Veransth. / 24 Ustd.
Ausfall: 16.10.2019 und 23.10.2019 (Herbstferien)

Turnen – Toben – Tollen - Gymnastik für Eltern und Kinder (2 – 5 Jahre)

Ein Ausprobieren und Entdecken verschiedener Bewegungsmöglichkeiten sollen dem Kind Mut und Selbstvertrauen geben.

Der Gemeinschaftssinn wird durch ein Bewegungsspiel und Lied gefördert. Motorik, Wahrnehmung, Ausdauer und Gleichgewicht werden geschult. Dabei kommen Spaß und Freude an der Bewegung nicht zu kurz.

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, Rutschsocken und Getränke mitbringen!



Turnen – Toben - Tollen in Kranenburg

Veranstaltungsort: Christophorus-Schule (GGS)
Kranenburg, Turnhalle
Leitung: Walburga Janssen – ☎ 02826-2960055

801-19 Dienstag, 08.01.2019 bis 02.04.2019
16.30 Uhr - 17.15 Uhr
30,00 € / 12 Veransth. / 12 UStd.
0,55 € je UStd. für jedes weitere Kind
Ausfall: 22.01.2019

- 802-19** Dienstag, 30.04.2019 bis 25.06.2019
16.30 Uhr - 17.15 Uhr
20,00 € / 8 Veransth. / 8 UStd.
0,55 € je UStd. für jedes weitere Kind
Ausfall: 11.06.2019 (Pfingstferientag)
- 803-19** Dienstag, 10.09.2019 bis 03.12.2019
16.30 Uhr - 17.15 Uhr
27,50 € / 11 Veransth. / 11 UStd.
0,55 € je UStd. für jedes weitere Kind
Ausfall: 15. und 22.10.2019 (Herbstferien)
- 811-19** Dienstag, 08.01.2019 bis 02.04.2019
17.15 Uhr - 18.00 Uhr
30,00 € / 12 Veransth. / 12 UStd.
0,55 € je UStd. für jedes weitere Kind
Ausfall: 22.01.2019
- 812-19** Dienstag, 30.04.2019 bis 25.06.2019
17.15 Uhr - 18.00 Uhr
20,00 € / 8 Veransth. / 8 UStd.
0,55 € je UStd. für jedes weitere Kind
Ausfall: 11.06.2019 (Pfingstferientag)
- 813-19** Dienstag, 10.09.2019 bis 03.12.2019
17.15 Uhr - 18.00 Uhr
27,50 € / 11 Veransth. / 11 UStd.
0,55 € je UStd. für jedes weitere Kind
Ausfall: 15. und 22.10.2019 (Herbstferien)

Turnen – Toben - Tollen in Nütterden

Veranstaltungsort: St.-Georg-Schule (Kath.Bek.GS)
Nütterden, Turnhalle

Leitung: Walburga Janssen –☎ 02826-2960055

901-19 Mittwoch, 09.01.2019 bis 03.04.2019
16.00 Uhr - 16.45 Uhr
30,00 € / 12 Verant. / 12 UStd.
0,55 € je UStd. für jedes weitere Kind
Ausfall: 23.01.2019

902-19 Mittwoch, 05.05.2019 bis 26.06.2019
16.00 Uhr - 16.45 Uhr
20,00 € / 8 Verant. / 8 UStd.
0,55 € je UStd. für jedes weitere Kind

903-19 Mittwoch, 04.09.2019 bis 04.12.2019
16.00 Uhr - 16.45 Uhr
30,00 € / 12 Verant. / 12 UStd.
0,55 € je UStd. für jedes weitere Kind
Ausfall: 16. und 23.10.2019 (Herbstferien)



Yoga kennt kein Alter

Yoga wird seit Tausenden von Jahren praktiziert. Ziel dieses Zusammenspiel körperlicher und geistiger Übungen ist Freiheit. Auf der körperlichen Ebene fördert es Stabilität, Energie, Beweglichkeit und Entspannung, auf der geistigen Ebene Konzentration, Gleichgewicht und Ruhe. Schon nach kurzer Zeit regelmäßiger, täglicher Yogapraxis mit Asanas, Pranayama, Entspannung und Meditation, zeigen sich Verbesserungen der Lebensqualität, unabhängig davon, wie als man ist.

Bitte mitbringen eine Isomatte, Decke, kleines Kissen und Socken!

Veranstaltungsort: Familienzentrum
St.-Barbara-Kindergarten
Nütterden, Haferkamp
Leitung: Ruth Miesen-Raß

Teilnehmerzahl: max. 15 Personen

1001-19 Freitag, 01.03.2019 bis 12.04.2019
18.00 Uhr - 19.30 Uhr
35,00 € / 7 Verantst. / 14 UStd.

1002-19 Freitag, 03.05.2019 bis 12.07.2019
18.00 Uhr - 19.30 Uhr
55,00 € / 11 Verantst. / 22 UStd.

1003-19 Freitag, 13.09.2019 bis 29.11.2019
18.00 Uhr - 19.30 Uhr
50,00 € / 10 Verantst. / 20 UStd.
Ausfall: 01.11.2019 (Allerheiligen)
sowie 19. und 26.10.2019 (Herbstferien)



Yoga am Morgen - wach – beweglich – fit

Diese Stunde beginnt mit Atem-Übungen im Liegen, dann folgen aktive Yoga-Reihen – mit und ohne Musik; am Schluss eine kurze Sitz-Meditation.

Achtsam, mit Respekt vor den eigenen Grenzen, dehnen und strecken wir uns in fließenden Bewegungen.

Bitte mitbringen: Yogamatte, Decke, Gymnastikschuhe und Sitzkissen oder Bänkchen

Veranstaltungsort: Ballettschule Kranenburg
Kranenburg, Alte Bahn 28
Leitung: Felicitas Schlette

Teilnehmerzahl: max. 12 Personen

- 1401-19** Donnerstag, 10.01.2019 bis 11.04.2019
8.45 Uhr - 9.45 Uhr
43,55 € / 13 Verantst. / 13 Zeit-Std.
Ausfall: 07.03.2019
- 1402-19** Donnerstag, 09.05.2019 bis 11.07.2019
8.45 Uhr - 9.45 Uhr
26,80 € / 8 Verantst. / 8 Zeit-Std.
Ausfall: 30.05.2019 (Christi-Himmelfahrt)
und 20.06.2019 (Fronleichnam)
- 1403-19** Donnerstag, 05.09.2019 bis 12.12.2019
8.45 Uhr - 9.45 Uhr
43,55 € / 13 Verantst. / 13 Zeit-Std.
Ausfall: 03.10.2019 (Tag der Dtsch. Einheit)
und 24.10.2019 (Herbstferien)

Hatha-Yoga – Beweglichkeit und Entspannung

In diesem Kurs werden die Basis-Übungen des Hatha-Yoga ausgeführt und vertieft. Die Teilnehmer/innen erfahren Bewegungsmöglichkeiten und Grenzen; sie üben achtsame Wahrnehmung im gegenwärtigen Moment.

Es geht um freie und tiefe Atmung, Gleichgewicht zwischen Spannung und Entspannung, intensive Haltungen und Abfolgen. Das Bewusstsein für den eigenen Körper wird gefördert.

Der Kurs wurde zertifiziert von der zentralen Prüfstelle Prävention.

Bitte mitbringen: Yoga-Matte, Decke, Gymnastikschuhe und Sitzkissen oder Bänkchen

Veranstaltungsort: Ballettschule Kranenburg

Kranenburg, Alte Bahn 28

Leitung: Felicitas Schlette

Teilnehmerzahl: max. 12 Personen

1501-19 Donnerstag, 10.01.2019 bis 11.04.2019
10.00 Uhr - 11.30 Uhr
65,00 € / 13 Verantst. / 26 UStd.
Ausfall: 07.03.2019

1502-19 Donnerstag, 09.05.2019 bis 11.07.2019
10.00 Uhr - 11.30 Uhr
40,00 € / 8 Verantst. / 16 UStd.
Ausfall: 30.05.2019 (Christi-Himmelfahrt)
und 20.06.2019 (Fronleichnam)

1503-19 Donnerstag, 05.09.2019 bis 12.12.2019
10.00 Uhr - 11.30 Uhr
65,00 € / 13 Verantst. / 13 UStd.
Ausfall: 03.10.2019 (Tag der Dtsch. Einheit)
und 24.10.2019 (Herbstferien)

Pilates-Gymnastik

Die Pilates-Gymnastik ist ein ganzheitliches Körpertraining. Sie schafft einen geschmeidigen und kraftvollen Körper.

Alle Übungen werden in zentriertem Zustand (Aktivierung von Bauch und Beckenbodenmuskeln) durchgeführt. Somit ist Pilates auch ein ausgezeichnetes Rücken- und Haltungstraining. In harmonisch fließenden Bewegungen im Atemrhythmus werden Ganzkörperkraft, Atemtechnik, Koordination und Beweglichkeit auf ideale Weise trainiert.

Jede Pilates-Stunde beginnt mit den „5-Tibeter-Übungen“. Dies sind alte yogische Energieübungen, die auch im Atemrhythmus ausgeführt werden. Sie steigern Vitalität und Gesundheit. Die Stunde wird abgerundet mit einer kurzen Entspannung.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, bequeme Kleidung, warme Socken

Veranstaltungsort: Jugendfreizeitheim "Train-Stop"
Kranenburg, Bahnhofstraße 19
Leitung: Sabine Lewandrowski
Physiotherapeutin

Teilnehmerzahl: max. 12 Personen

1601-19 Dienstag, 08.01.2019 bis 09.04.2019

9.30 Uhr - 11.00 Uhr

65,00 € / 13 Verantst. / 26 UStd.

Ausfall: 05.03 2019 (Veilchendienstag)

1602-19 Dienstag, 30.04.2019 bis 09.07.2019

9.30 Uhr - 11.00 Uhr

50,00 € / 10 Verantst. / 20 UStd.

Ausfall: 11.06.2019 (Pfingstferien)

1603-19 Dienstag, 03.09.2019 bis 17.12.2019

9.30 Uhr - 11.00 Uhr

70,00 € / 14 Verantst. / 28 UStd.

Ausfall: 15.10-2019 und 22.10.2019 (Herbstferien)

Allgemeine Hinweise und Anmeldeverfahren

Schon jetzt wird darauf hingewiesen, dass gegebenenfalls Kursänderungen bei Bedarf erfolgen können.

Anmeldung: Für die Veranstaltungen ist eine **verbindliche** vorherige Anmeldung erforderlich. Die Anmeldung kann telefonisch unter 02826-2642559, schriftlich anhand der Einzugsermächtigung, oder persönlich in der Geschäftsstelle, Bahnhofstraße 15, Kranenburg (nur dienstags) sowie per eMail unter info@verkehrsverein-kranenburg.de erfolgen. Eine Anmeldung beim Kursleiter bzw. bei der Kursleiterin kann nur in vorheriger Absprache mit der Geschäftsführung erfolgen.

Achtung: Die Geschäftsstelle ist nur dienstags in der Zeit von 9.00 Uhr bis 15.00 Uhr besetzt.

Gerne räumen wir bisherigen Teilnehmern bzw. Teilnehmerinnen bis zu einem bestimmten Termin vor Kursbeginn ein Voranmelderecht ein. Ihre verbindliche Anmeldung sichert den gewünschten Kursplatz.

Liegen mehr Anmeldungen vor, als Kursplätze zur Verfügung stehen, legen wir in der Reihenfolge der Anmeldungen eine Warteliste an.

Kinderkurse: Geschwisterkinder rücken **nicht** automatisch als Kursteilnehmer/in nach. Vielmehr wird denjenigen Vorrang gegeben, die bereits auf der Warteliste stehen.

Kursgebühren: Die Kursgebühr wird in der Regel per Lastschrift eingezogen, und zwar mit Beginn des Kurses. Auch ist eine Bezahlung per Überweisung unter Angabe der Kursnummer auf das Sonderkonto **IBAN-Nr. DE 18 3245 0000 0030 182646 bei der Sparkasse Kleve SWIFT-BIC WELADED1KLE** möglich. Diese ist grundsätzlich vor Kursbeginn zu tätigen. Eine Barzahlung in der Geschäftsstelle ist **nicht mehr möglich**.

Europäische Datenschutzgrundverordnung: Mit der Anmeldung per Lastschriftverfahren ist die Einwilligung zur Speicherung und Verwendung der Daten im Sinne der Vereinsarbeit bereits gegeben. Beim Anmeldeverfahren durch Überweisung muss einmalig eine separate Einwilligungserklärung abgegeben werden.

Gebührenermäßigung: Nachfolgend aufgeführte Personengruppen erhalten auf die zu entrichtende Kursgebühr eine Ermäßigung von 30 %.

- Empfänger von Sozialhilfe und Arbeitslosengeld II
- Personen aus sozialen Brennpunkten
- Personen mit Behindertenausweis (min. 30 %)
- Arbeitslose ab 18 Jahre
- Asylbewerber
- Schüler ab 16 Jahre und Studenten bei Vorlage eines Schüler- oder Studentenausweises
- Keine Ermäßigung bei Einzelveranstaltungen!

Sonstige Veranstaltungen des Verkehrsvereins Kranenburg

Studien- & Erlebnisreisen mit den Zielen:

Korfu und Rom (Flugreisen)

Schlesien/Krakau (Busreise)

Veranstaltungen in der Stadsschouwburg Nijmegen

mit Bustransfer:

It's a Man's World! – The Soul of Generation

Simon & Garfunkel – Rivival Band

In Kranenburg:

Winterfackelwanderung

Frühschoppenkonzert mit der Postharmonie Nijmegen

Mundartabend mit Grünkohlessen