



Landeshauptstadt
München
**Referat für
Bildung und Sport**

Bildung und **Sport**

Sport und Fitness für Frauen aus aller Welt



Sport und Fitness für Frauen aus **aller** Welt

Ein Sportangebot von Frauen mit Frauen
und für Frauen aus aller Welt.

Wir

- haben qualifizierte Übungsleiterinnen aus aller Welt
- bieten ein variantenreiches Programm zur Förderung der Beweglichkeit, Koordination, Kraft, Ausdauer
- sporteln in nicht einsehbaren Räumen
- wollen, dass Sie sich wohlfühlen

Sie

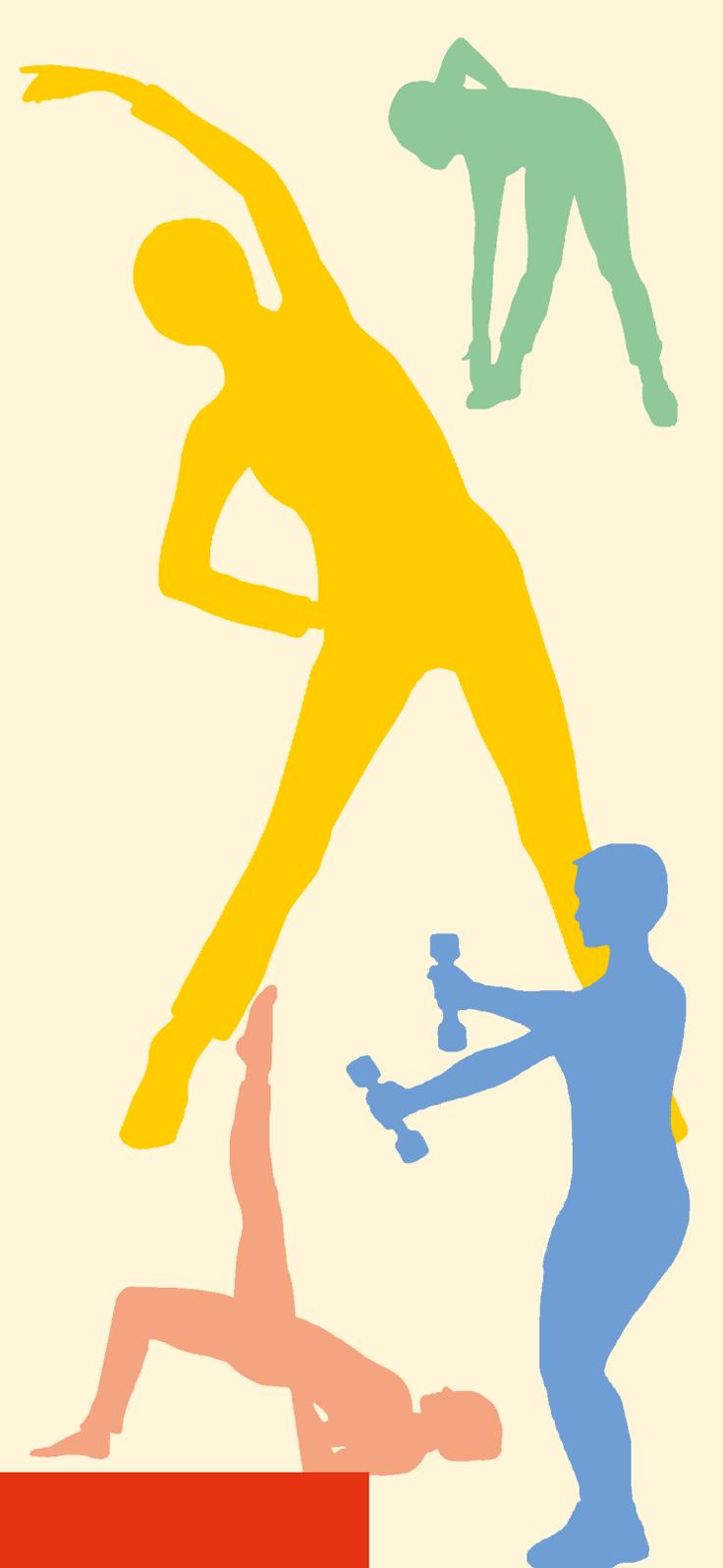
- haben Freude an der Bewegung
- Lust auf Austausch mit anderen Frauen
- wollen endlich nicht mehr alleine sporteln
- möchten mit viel Spaß fit werden
- trauen sich Neues auszuprobieren

Neugierig geworden?

Referat für Bildung und Sport · Sportamt
Sportsoziale Themen
Bayerstraße 28 · 80335 München
sportsoziale.themen@muenchen.de
www.muenchen.de

oder

Übungsleiterin interkulturell C
im Breitensport
Carmen Roloff
Mobil (0179) 6 64 61 42
carmen.roloff@gmx.net



Sport

für Frauen aus aller Welt

Wann und wo?

■ Jeden Freitag seit 10. Oktober 2014

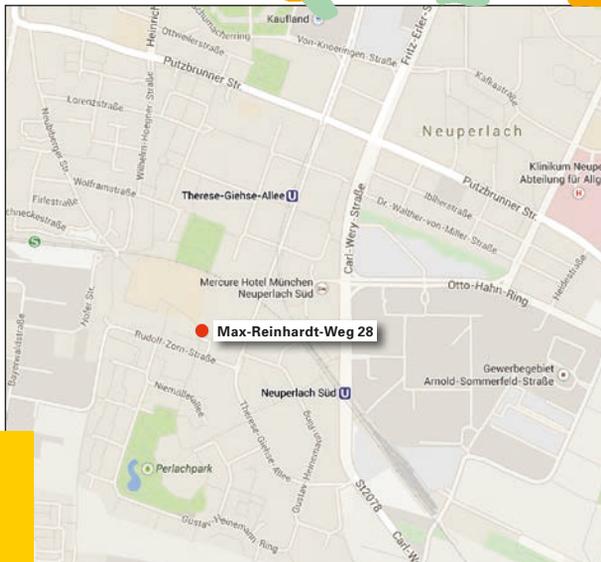
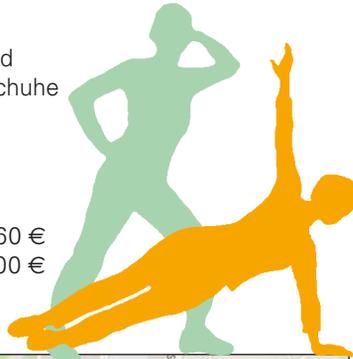
(nicht in den Schulferien!)

- Von 9:30 bis 11:00 Uhr
- Gymnastikhalle gegenüber des Heinrich-Heine-Gymnasiums
- Max-Reinhardt-Weg 28, 81739 München (Neuperlach)
- Öffentliche Anfahrt über U-Bahn-Haltestelle Therese-Giehse-Allee oder U-Bahn-Haltestelle Neuperlach-Süd (jeweils Linie 5)
- Bitte ein Handtuch und saubere Hallensportschuhe mitbringen

■ Kosten

FreizeitSport-Ticket:

- Einzelticket 2,60 €
- 4er-Streifenkarte 10,00 €



Fitness

für Frauen aus aller Welt

Wann und wo?

■ Jeden Dienstag seit 7. Oktober 2014

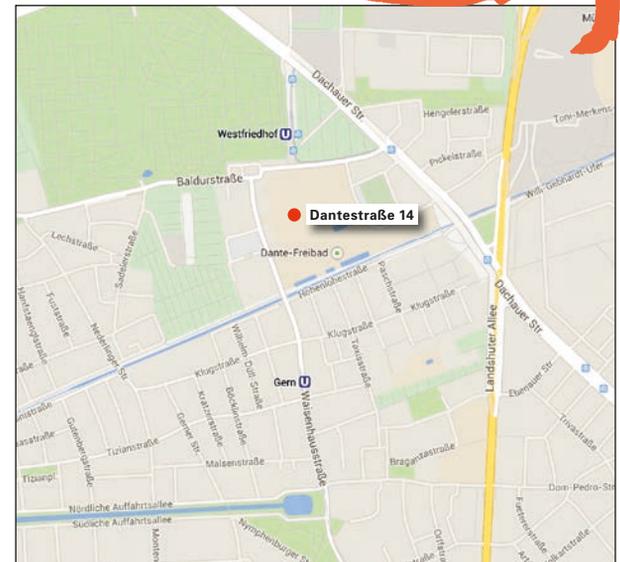
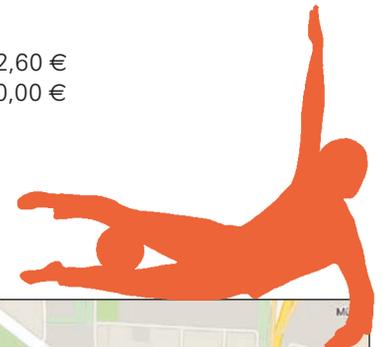
(nicht in den Schulferien!)

- Von 10:30 bis 11:30 Uhr
- Turnhalle in der Dantestraße 14, 80637 München
- Öffentliche Anfahrt über U-Bahn-Haltestelle Gern oder U-Bahn-Haltestelle Westfriedhof (jeweils Linie 7)
- Bitte ein Handtuch und saubere Hallensportschuhe mitbringen

■ Kosten

FreizeitSport-Ticket:

- Einzelticket 2,60 €
- 4er-Streifenkarte 10,00 €



Hier gibt's die **Tickets**

■ **Stadtinformation im Rathaus am Marienplatz**

- Mo bis Fr 10.00–20.00 Uhr
- Sa 10.00–16.00 Uhr

www.muenchen.de

- ## ■ **MünchenTicket** und die angeschlossenen Verkaufsstellen siehe www.muenchenticket.de oder Telefon (089) 54 81 81 81

■ **M-net Shops**

- Karlsplatz (Stachus) – Stachus Passagen
- Bahnhofplatz 1 (HBF-Sperrengeschoss)
- Leopoldstr. 76
- Hohenzollernstr. 76
- Rotkreuzplatz 1
- Tegernseer Landstr. 64
- M-net Zentrale Emmy-Noether-Str. 2, Gebäudeteil E

www.m-net.de

■ **BildungsLokale** (nur Streifenkarte)

- BildungsLokal Hasenberg
Linkstraße 56 · 80933 München
Telefon (089) 31 20 21 15 oder 31 20 21 18
bildungslokal-hb@muenchen.de
- BildungsLokal Neuaubing/Westkreuz
Limesstraße 81 · 81243 München
Telefon (089) 81 05 93 79 20 oder 81 05 93 79 21
bildungslokal-n-w@muenchen.de
- BildungsLokal Neuperlach
Peschelanger 8 · 81735 München
Telefon (089) 62 83 75 31 oder 62 83 77 51
bildungslokal-np@muenchen.de
- BildungsLokal Schwanthalerhöhe
Ligsalzstraße 2 · 80339 München
Telefon (089) 50 02 81 30 oder 50 02 87 49
bildungslokal-sh@muenchen.de

www.muenchen.de

Öffnungszeiten:

Montag 14:00–18:00 Uhr
Dienstag 9:00–13:00 Uhr
Mittwoch geschlossen
Donnerstag 13:00–17:00 Uhr
Freitag 9:00–13:00 Uhr

