

## Tages-, Wochenend- und Wochenkurse

13.05. - 22.05.2017  
26474 Spiekeroog  
Doris Brüning  
Olen Oort 1  
27801 Dötlingen  
Tel.: 0 44 31 - 9 48 30 35  
doris.bruening7@gmx.de

23.06. - 26.06.2017  
27476 Sahlenburg  
Doris Brüning  
Olen Oort 1  
27801 Dötlingen  
Tel.: 0 44 31 - 9 48 30 35  
doris.bruening7@gmx.de

10.09. - 15.09.2017  
27476 Sahlenburg  
Doris Brüning  
Olen Oort 1  
27801 Dötlingen  
Tel.: 0 44 31 - 9 48 30 35  
doris.bruening7@gmx.de

25.05. - 28.05.2017  
10000 Berlin  
Dorit Gade  
Wilsnacker Str. 43  
10559 Berlin  
Tel.: 030 39 48 813  
d-gade@gmx.de

25.06. - 07.07.2017  
97708 Bad Bocklet  
Hildegard Hutzenlaub  
Altkönigstr. 42  
61476 Kronberg/Ts.  
Tel.: 06173-61107  
h.hutzenlaub@t-online.de

07.10. - 14.10.2017  
A-5542 Flachau /  
Salzburger Land  
Österreich, 1045 müNN  
Elisabeth Neumann-Beuerle  
Hauburgsteinweg 3  
61476 Kronberg/Ts.  
Tel.: 0 61 73 - 6 17 07  
elisabethneumann@web.de

04.06. - 10.06.2017  
25938 Nieblum /  
Nordseeinsel Föhr  
Elisabeth Neumann-Beuerle  
Hauburgsteinweg 3  
61476 Kronberg / Ts.  
Tel: 0 61 73 - 6 17 07  
elisabethneumann@web.de

19.08. - 02.09.2017  
„Kondition gewinnen“  
25946 Norddorf / Amrum  
Ursel Gut  
Am Lehester Deich 48  
28357 Bremen  
Tel. & Fax: 04 21 - 27 18 80

### Kontakt

Bewegungstraining  
Methode Heigl e.V.

Vorsitzende  
Kerstin Lange

Börder Straße 17  
27211 Bassum  
Tel.: 0175 35 67 421  
kerstinlange64@gmx.de

Für den Inhalt:

Gerold Leschke  
Tel.: 04 21 - 89 27 73  
GeroldLeschke@t-online.de

Unser Buch

„Das Bewegungs-  
training der  
Methode Heigl“

Bestelladresse:  
Druckerei Heldt  
Lange Straße 57, 27232 Sulingen  
Tel.: 0 42 71 - 56 00, Fax: 56 02  
E-Mail: post@druckerei-heldt.de  
www.druckerei-heldt.de

# Heigl 2017

## Bewegung

## Atmung

## Entspannung

In diesem Faltblatt finden Sie  
Trainingsorte und Kursangebote.  
Alle Heigltrainer informieren Sie gern.



## Heigl Sie mit, bleiben Sie fit!

Aktuelle und weitere Kursangebote unter [www.heigl.de](http://www.heigl.de)

#### Berlin

10559 Berlin, Dorit Gade, Tel.: 030 - 39 48 813  
12249 Berlin, Dietmar Hahnfeld, Tel.:030 - 7 11 51 38; Fax: 71 52 06 11

#### Hamburg

21029 Hamburg-Bergedorf, Ruth Nikley-Zwick, 040 - 73 54 494  
22159 Hamburg, Heinke Gärtner, Tel. / Fax: 040 - 643 11 65  
22559 Hamburg, Jutta Mätzing, Tel.: 040 - 81 04 24  
22559 Hamburg, Marianne Weide, Tel. / Fax: 040 - 81 53 28

#### Schleswig-Holstein

21465 Wentorf, Ruth Nikley-Zwick, 040 - 73 54 494  
24217 Schönberg, Anke Ströbel, Tel.: 0 43 44 - 63 40  
24226 Heikendorf, Anke Ströbel, Tel.:0 43 44 - 63 40  
24232 Schönkirchen, Anke Ströbel, Tel.:0 43 44 - 63 40  
24235 Laboe, Anke Ströbel, Tel.: 0 43 44 - 63 40  
24253 Probsteierhagen, Anke Ströbel, Tel.: 0 43 44 - 63 40  
24329 Grebin, Christina Mohwinkel, Tel.: 0 43 83 - 2 29 31 50  
24852 Eggebek, Veronika Krzykowski, Tel.: 0 46 39 - 78 10 55  
24980 Nordhackstedt, Heike Körner, Tel.: 0 46 39 - 14 37  
24980 Schafflund, Veronika Krzykowski, Tel.: 0 46 39 - 78 10 55  
24991 Freienwill, Elke Seehusen, Tel.: 04602 - 1596  
25813 Husum, Elke Veit, Tel.: 04846 - 209

#### Bremen

28209 Bremen/Schwachhausen, Ursel Gut, Tel.: 04 21 - 27 18 80  
28213 Bremen/Schwachhausen, Ursel Gut, Tel.: 04 21 - 27 18 80  
28213 Bremen/Schwachhausen, August Specht, Tel.: 04 21 - 44 56 11  
28357 Bremen, Ursel Gut, Tel.: 04 21 - 27 18 80  
28359 Bremen/Horn, Ursel Gut, Tel.: 04 21 - 27 18 80  
28759 Bremen-Nord, Jutta Wolters, Tel.: 0179-2436971

#### Niedersachsen

21244 Buchholz-Seppensen, Annette Schaar-Becker, Tel.: 0 41 81 - 38 09 11  
21266 Jesteburg, Annette Schaar-Becker, Tel.: 0 41 81 - 38 09 11  
21272 Egestorf: Ulrike Spielvogel, Tel.: 0 41 75 - 80 22 40  
21337 Lüneburg, Ute Schmidt, Tel.: 0 41 31 - 224 66 39  
26122 Oldenburg, Doris Brüning, Tel: 0 44 31 - 9 48 30 35  
27211 Bassum/Bramstedt, Christa Schaffer, Tel.: 0 42 41 - 24 87  
27211 Bassum, Aenne Stühring, Tel.: 0 42 41 - 26 56  
27211 Bassum/Wedehorn, Christa Schaffer, Tel.: 0 42 41 - 24 87  
27211 Röllinghausen, Aenne Stühring, Tel.: 0 42 41 - 26 56  
27211 Neubruchh., Anne Hanseemann, Tel.: 042 52 - 27 15  
27211 Bassum-Nordwohld, Aenne Stühring, Tel.: 0 42 41 - 26 56  
27232 Klein Lessen, Brigitte Ahrenshop, Tel.:0 42 71 - 95 03 19, Fax: 9 53 99 28  
27232 Sulingen, Brigitte Ahrenshop, Tel.:0 42 71 - 95 03 19, Fax: 9 53 99 28  
27239 Twistringen, Brigitte Ahrenshop, Tel.: 0 42 71 - 95 03 19, Fax: 953 99 28  
27243 Kirchseelte, Doris Brüning, Tel: 0 44 31 - 9 48 30 35  
27243 Harpstedt/Kl. Henstedt, Doris Brüning, Tel: 0 44 31 - 9 48 30 35  
27243 Harpstedt, Doris Brüning, Tel: 0 44 31 - 9 48 30 35  
27245 Kirchdorf, Rita Ebeling, Tel.: 04273 - 1562  
27251 Scholen, Nicole Wesemann, Tel.: 0 42 45 - 96 31 77  
27254 Harbergen/Staffhorst, Gerlinde Thiede, Tel.: 0 50 21 - 35 07  
27257 Menninghausen, Hannelore Meyer, Tel.: 0 42 53 - 14 34  
27283 Verden, Meike Radzweit, Tel.: 0 42 34 - 23 47  
27283 Verden, Gisela Schneermann, Tel. 0 42 61 - 8 35 58  
27299 Langwedel/Daverden, Margot Möller, Tel.: 0 42 38 - 15 55

27305 Bruchh.-Vilsen, Anne Hanseemann, Tel.: 0 42 52 - 27 15  
27305 Bruchh.-Vilsen, Hartmut Heitmann, Tel.: 0 42 52 - 5 96, Fax: 45 67  
27305 Bruchh.-Vilsen, Hannelore Meyer, Tel.: 0 42 53 - 14 34  
27305 Bruchhausen, Annemarie Free, Tel.: 0 42 58 - 5 27  
27305 Scholen/Engeln, Dörte Campsheide, Tel.:0 42 52 - 32 39  
27305 Scholen, Hannelore Meyer, Tel.: 0 42 53 - 14 34  
27305 Süstedt/Uenzen, Anne Hanseemann, Tel.: 0 42 52 - 27 15

## TRAININGSMÖGLICHKEITEN

27306 Klein Linteln, Renate Hellwinkel, Tel.: 0 42 36 - 94 34 750  
27308 Klein Linteln, Renate Hellwinkel, Tel.: 0 42 36 - 94 34 750  
27308 Kirchlinteln/Kreepen, Gisela Schneermann, Tel. 0 42 61 - 8 35 58  
27308 Kirchlinteln/Armsen, Margot u. Matthias Möller, Tel. 0 42 38 - 15 55  
27308 Kirchlinteln/Luttum, Mariele Papenheim, 0 42 31 - 9 70 44 55  
27313 Dörverden, Meike Radzweit, Tel.: 0 42 34 - 23 47  
27313 Dörverden/Barme, Meike Radzweit, Tel.: 0 42 34 - 23 47  
27313 Dörverden/Westen, Meike Radzweit, Tel.: 0 42 34 - 23 47  
27313 Wahnebergen, Gisela Schneermann, Tel. 0 42 61 - 8 35 58  
27318 Hoya, Jutta Weise, Tel.: 0 50 24 - 15 38  
27318 Hoya, Annegret Steinborn, Tel.: 0 42 51 - 79 02  
27318 Hilgermissen, Johanna Fellermann-Rippe 04251-1633  
27318 Hoyerhagen, Annegret Steinborn, Tel.: 0 42 51 - 79 02  
27321 Emtinghausen, Brigitte Bemann, Tel.: 0 42 58 - 2 47  
27321 Thedinghausen, Ingrid Niebuhr, Tel.: 0 42 58 - 2 02  
27321 Thedinghausen, Meike Langer, Tel.: 0 42 04 - 54 15  
27321 Thedinghausen, Heidemarie Meyer, Tel.: 0 42 04 - 77 52  
27324 Eystrup, Sigrid Schäfer, Tel.: 0 42 54 / 89 60  
27324 Gandesbergen, Sigrid Schäfer, Tel.: 0 42 54 - 89 60  
27327 Schwarme, Annemarie Free, Tel.: 0 42 58 - 5 27  
27327 Schwarme, Ingrid Niebuhr, Tel.: 0 42 58 - 2 02  
27327 Schwarme, Elisabeth Otten, Tel.: 0 42 58 - 13 46  
27327 Schwarme, Brigitte Bemann, Tel.:0 42 58 / 2 47, Fax: 16 01 54  
27327 Martfeld, Annemarie Free, Tel.: 0 42 58 - 5 27  
27330 Asendorf, Annelore Clausen, Tel.: 0 42 53 - 3 68  
27330 Asendorf/Arbste, Dörte Campsheide, Tel.: 0 42 52 - 32 39  
27333 Bücken - Duddenhausen, Karin Harries, Tel.: 0 42 51 - 35 90  
27333 Bücken - Duddenhausen, Marlies Meyer, Tel.: 0 42 51 - 35 26  
27333 Bücken, Marlis Meyer, Tel.: 0 42 51 - 24 95  
27333 Schweringen, Annegret Steinborn, Tel.: 04251-7902  
27337 Neddernhude b. Verden, Ingrid Niebuhr, Tel.: 0 42 58 - 2 02  
27339 Riede, Margret Otersen, Tel.: 0 42 40 - 3 71  
27356 Rotenburg, Matthias Möller, Tel. 0 42 38 - 15 55  
27367 Ahhausen, Lotte Hoffmann, Tel.: 0 42 05 - 84 33  
27367 Sottrum, Irmgard Schmitz, 0 42 64 - 20 79

27751 Delmenhorst, Eva Sassen, Tel.: 0 42 21 - 49 03 90, Fax 5 90 04 51  
27753 Delmenhorst, Karin Krämer-Bardeck, Tel. / Fax: 0 42 21 - 4 06 52  
27753 Delmenhorst, Eva Sassen, Tel.: 0 42 21 - 49 03 90, Fax 5 90 04 51  
27753 Delmenhorst, Gisela Schüller, Tel.: 0 42 23 - 82 79  
27755 Delmenhorst, Eva Sassen, Tel.: 0 42 21 - 49 03 90, Fax 5 90 04 51  
27777 Ganderkesee, Gisela Schüller, Tel.: 0 42 23 - 82 79  
27777 Ganderkesee, Karin Krämer-Bardeck, Tel.: 0 42 21 - 4 06 52  
27793 Wildeshausen, Doris Brüning, Tel.: 0 44 31 - 9 48 30 35  
27798 Hude/Hurrel, Gisela Schüller, Tel.: 0 42 23 - 82 79

28816 Stuhr-Alt-Stuhr/Moordeich, Gerold Leschke, Tel.: 04 21 - 89 27 73  
28816 Stuhr-Brinkum, Marion Dittberner, Tel.: 04 21 - 89 27 73  
28816 Stuhr-Brinkum, Susanne Schürholz, Tel. : 0 42 42 - 59 22 51  
28816 Stuhr-Heiligenr., Margarete Wieben, Tel.: 0 42 06 - 66 22  
28816 Stuhr-Seckenhausen, Gerold Leschke 04 21 - 89 27 73  
28832 Achim/Baden, Ingrid Niebuhr, Tel.: 0 42 58 - 2 02  
28832 Achim/ Uesen, Heidemarie Meyer, Tel.: 0 42 04 - 77 52  
28832 Achim, Andrea Wartnig, Tel.: 0 42 02 - 88 97 34, Fax: 04202 -88 97 33  
28832 Achim, Christa Schweers, Tel.: 0 42 02 - 8 19 96  
28844 Weyhe-Kirchweyhe, Susanne Schürholz, Tel. : 0 42 42 - 59 22 51  
28844 Weyhe-Leeste, Susanne Schürholz, Tel. : 0 42 42 - 59 22 51  
28844 Weyhe, Elke Thieme, Tel.: 04 21 - 8 71 85 14  
28857 Syke, Margret Otersen, Tel.: 0 42 40 - 3 71  
28857 Syke/ Barrien, Susanne Schürholz, Tel.: 0 42 42 - 59 22 51  
28857 Syke-Heiligenfelde, Margret Otersen, Tel.: 0 42 40 - 3 71  
28870 Ottersberg, Ingrid Niebuhr, Tel.: 0 42 58 - 2 02

28870 Ottersberg-Posthausen, Lotte Hoffmann, Tel.: 0 42 05 - 84 33  
29223 Celle, Silvia Slawik-Nolte, Tel.: 0 51 41 - 3 37 99  
29342 Wienhausen, Edith Abeler, Tel.: 0 51 41 - 2 69 88  
29358 Eicklingen, Edith Abeler, Tel.: 0 51 41 - 2 69 88  
29683 Bad Fallingbostel, Anneliese Meyer, Tel.: 0 50 24 - 10 30, Fax: 81 94

30173 Hannover, Roland Hoffmeister, Tel.: 05 11 - 807 89 79  
30457 Hannover, Giesela Lembke, Tel.: 05 11 - 43 28 54  
30459 Hannover, Katharina v. Hahn, Tel.: 05 11 - 23 10 87  
30851 Langenhagen, Silvia Hanke, Tel.: 0 16 32 70 65 22  
31036 Eime, Andrea Giesecke, 0 51 82 - 63 97  
31515 Wunstorf, Kerstin Lange, Tel.: 0175 356 74 21  
31582 Nienburg, Gebhard Brilke, Tel.: 0 50 25 - 94 32 11  
31582 Nienburg, Gerlinde und Udo Thiede, 0 50 21 - 35 07  
31592 Stolzenau, Ingrid Kopp, Tel.: 0 57 64 - 7 79  
31595 Düdinghausen, Ingrid Kopp, Tel.: 0 57 64 - 7 79  
31608 Marklohe, Heike Langner, 0 50 21 - 91 73 18  
31609 Balge, Marlis Bründer, Tel.: 0 50 21 - 91 00 08, Fax: 88 70 88  
31618 Liebenau, Marie-Luise Lastzka, Tel.: 0 50 23 - 15 28  
31618 Binnen, Ingrid Schäfer, Tel.: 0 50 24 - 14 94  
31622 Anderten, Udo Thiede, Tel.: 0 50 21-35 07  
31626 Hassbergen, Anneliese Meyer, Tel.: 0 50 24 - 10 30, Fax: 81 94  
31627 Rohrsen, Ingrid Schäfer, Tel.: 0 50 24 - 14 94  
31627 Rohrsen, Jutta Weise, Tel.: 0 50 24 - 15 38  
31628 Brokeloh, Gebhard Brilke, Tel.: 0 50 25 - 94 32 11  
31629 Estorf, Gebhard Brilke, Tel.: 0 50 25 - 94 32 11  
37120 Bovenden, Angela Ingle, Tel.: 0 55 94 - 93 08 28  
49419 Wagenfeld-Ströhen, Rosel Thiermann, Tel. / Fax: 0 57 74 - 10 95

#### Nordrhein – Westfalen

32257 Bünde, Gudrun Sperlich, Tel.: 0 57 46 - 15 92  
32289 Rödinghausen, Marlies Rudolphi, Tel.: 0 57 46 - 83 88W  
33824 Werther/Westfalen, Heike Rötger, Tel.: 0 54 28 - 14 67  
32602 Vlotho, Katrin Mausbach, Tel.: 0 57 33 - 96 08 60  
44532 Lünen, Sonnhild Roth, Tel.: 0 23 06 - 2 51 56, Fax: 75 93 30

#### Hessen

34130 Kassel, Lisa Loytved, Tel.: 05 61 - 31 22 69, Fax: 6 02 73 17  
61449 Steinbach, Hildegard Hutzenlaub, Tel.: 0 61 73 - 6 11 07, Fax: 32 08 88  
61476 Kronberg/Ts., Elisabeth Neumann-Beuerle, Tel.: 0 61 73 - 6 17 07  
61476 Kronberg-Oberhöchstadt, Altkönigstift, Elisabeth Neumann-Beuerle, Tel.: 0 61 73 - 6 17 07  
61476 Kronberg/Ts., Hildegard Hutzenlaub, Tel.: 06173 - 61107,Fax: 320888  
63654 Büdingen, Karla Herd, Tel.: 06049 - 7574  
65719 Hofheim a. Ts., Alexandra Weiser, Tel.: 06192 - 8 07 60 43

#### Saarland

#### Rheinland/Pfalz

#### Baden-Württemberg

69427 Mudau/Reisenbach, Barbara Schneider, Tel. / Fax: 0 62 84 - 72 57  
74214 Schöntal / Bieringen, Margarete Silberzahn, Tel.: 0 62 95 - 12 24  
74238 Gommersdorf, Irene Pfeiffer, Tel. 0 62 94 - 64 76  
74747 Ravenstein-Merchingen, Brigitte Stahl, Tel.: 0 62 97 - 92 85 95  
74749 Rosenberg-Hirschladen, Margarete Silberzahn, Tel.: 0 62 95 -12 24

#### Bayern

82178 Puchheim, Birgit Mahlstedt Tel.: 08141 - 70578  
82223 Eichenau, Birgit Mahlstedt Tel.: 0 81 41 - 7 05 78  
86825 Bad Wörishofen, Birgit Brujmann, Tel.: 0 82 61 - 7 59 76 95  
86899 Landsberg am Lech, Ingrid Vogler, Tel.: 0 81 91 - 4 75 96  
87782 Warmisried, Birgit Brujmann, Tel.: 0 82 61 - 7 59 76 95