

# Gesundheitskurse

und

## Angebote

Turnen, Gymnastik,

Fitness, Walking und Tanzen



Januar bis April  
2023

## Montag ab 09.01.2023

09.00-10.00 Uhr **Frauengymnastik am Morgen**  
Vereinsangebot Regina Allmis Vereinsheim FB

10.15-11.00 Uhr **Lungensport**  
zuzahlungsfrei als Rehasport mit entspr. Verordnung;  
M 30,00 € / NM 60,00 € für Januar - Juni bzw Juli - Dezember  
Regina Allmis Vereinsheim FB

17.30-18.30 Uhr **Eltern-Kind-Turnen 1-3 Jahre alt** ●  
Vereinsangebot Iris Schöllkopf Leintalsporthalle FB

17.30-18.30 Uhr **Vorschulturnen 4-6 Jahre alt** ●  
Vereinsangebot Silke Manzow Leintalsporthalle FB

18.00-19.30 Uhr **Bewegung und Entspannung  
aus dem Reich der Mitte: 10 x  
15-teilige Daoyin-Übung**  
ab Montag, 16.01.2023  
M 75,00 € / NM 105,00 € Sandra Eckstein Ev.-meth. Kirche FB

18.20-19.20 Uhr **abwechslungsreiches  
Ganzkörpertraining von Kopf bis Fuß 12 x #**  
M 48,00 € / NM 84,00 € Eva Mazzurana Sportheim Ngt

### \*\*Tanz und Fitness\*\*

#### Montags

16.00-17.00 Uhr **Sternchen 5-7 Jahre alt** ●  
Vereinsangebot Alexandra Fronius Vereinsheim FB

17.00-18.00 Uhr **Lolly Pops 7-9 Jahre alt** ●  
Vereinsangebot Carolin Künzel Vereinsheim FB

18.00-19.00 Uhr **Dancing Girls 10-14 Jahre alt** ●  
Vereinsangebot Lea Konrad Vereinsheim FB

19.00-20.00 Uhr **PDGs ab 16 Jahre alt**  
Vereinsangebot Carolin Künzel Vereinsheim FB

20.00-22.00 Uhr **Showtanzgruppe Let's Dance**  
Vereinsangebot Karina Gurr Vereinsheim FB

#### Donnerstags

20.00-22.00 Uhr **Showtanzgruppe Let's Dance**  
Vereinsangebot Karina Gurr Gemeindehalle FB

## Dienstag ab 10.01.2023

08.45-10.15 Uhr **Krafttraining für Senioren #**  
M 25,00 € / NM 50,00 € für Januar-Juni; Juli-Dezember  
Kraftraum Römerhalle

09.00-10.00 Uhr **Haltungs- und Bewegungstraining 11 x #**  
M 33,00 € / NM 66,00 € Erika Embacher Sportheim Ngt

10.00-11.00 Uhr **Bewegung trotz Osteoporose, #  
Sturzprophylaxe** Ilona Keicher Sportheim Ngt  
zuzahlungsfrei als Rehasport mit entspr. Verordnung;  
M 30,00 € / NM 60,00 € für Januar - Juni, bzw Juli - Dezember

10.30-11.30 Uhr **Fit & Fun #**  
Vereinsangebot Heike Steinle Römerhalle Ngt

18.30-19.30 Uhr **Walking/Nordic-Walking Treff**  
Vereinsangebot Gudrun Knobloch  
Treffpunkt: Bamberger/Burgundenstrasse

19.00-20.00 Uhr **Afterwork-Workout:  
Bewegung von Kopf bis Fuß**  
Nelly Rost Sportheim Ngt  
zuzahlungsfrei als Rehasport mit entspr. Verordnung (Orthopädie);  
M 30,00 € / NM 60,00 € für Januar - Juni bzw Juli - Dezember

19.30-21.00 Uhr **Männerymnastik 60+**  
Vereinsangebot Gudrun Knobloch Gymnastikraum GWRS FB

19.30-20.15 Uhr **Qigong als Reha-Sport in der  
Krebsnachsorge** Sandra Eckstein Vereinsheim FB  
zuzahlungsfrei als Rehasport mit entspr. Verordnung;  
ab Dienstag, 17.01.2023  
M frei / NM 50 € für 10 Termine

20.30-21.30 Uhr **Tai Chi Chuan für fortgeschrittene  
Einsteiger 10 x**  
ab Dienstag, 17.01.2023  
M 50,00 € / NM 70,00 € Sandra Eckstein Vereinsheim Frankenbach

## Mittwoch ab 11.01.2023

15.30-16.15 Uhr **Wassergymnastik Frauen+Männer 50+ #**  
auch als Reha-Sport in der Krebsnachsorge  
zuzahlungsfrei als Rehasport mit entspr. Verordnung;  
M 50,00 € / NM 100,00 für Januar - Dezember  
Ilona Keicher Lehrschwimmbecken FB

16.15-17.00 Uhr **Wassergymnastik Frauen 50+ #**  
auch als Reha-Sport in der Krebsnachsorge  
zuzahlungsfrei als Rehasport mit entspr. Verordnung;  
M 50,00 € / NM 100,00 für Januar - Dezember  
Ilona Keicher Lehrschwimmbecken FB

17.30-18.15 Uhr **Schwimmkurs Kinder ab 5 Jahre alt** ●  
M 80,00 € / NM 90,00 € Iris Schöllkopf Lehrschwimmbecken  
FB

Beginn im Februar 2023

18.15-19.00 Uhr **Schwimmkurs Kinder ab 5 Jahre alt** ●  
M 80,00 € / NM 90,00 € Iris Schöllkopf Lehrschwimmbecken  
FB

Beginn im Februar 2023

17.00-18.30 **G.u.T. - Gesund und Trainiert**  
85,00 € für 8 Einheiten Jürgen Vorsatz Gemeindehalle FB

20.00-21.00 Uhr **Frauengymnastik**  
Vereinsangebot Gudrun Knobloch Leintalsporthalle FB

20.00-21.00 Uhr **Aerobic**  
Vereinsangebot Bettina Schmidgall Vereinsheim FB

# Donnerstag ab 12.01.2023

14.30-15.30 Uhr **Gymnastik f. Männer und Frauen 70+**  
**Vereinsangebot** Sandra Eckstein Vereinsheim FB

14.30-15.30 Uhr **Sport nach Krebs, (Frauen)**  
**zuzahlungsfrei als Rehasport mit entspr. Verordnung**  
M 30,00 € / NM 60,00 € für Jan – Juni, bzw Juli–Dez  
Heike Steinle Sportheim NgT

17.00-18.00 Uhr **Eltern-Kind-Turnen ab 2 Jahre alt**   
**Vereinsangebot** Silke Manzow Römerhalle Neckargartach

17.00-18.00 Uhr **Vorschulturnen ab 4 Jahre alt**   
**Vereinsangebot** Rebecca Mäule Römerhalle Neckargartach

17.00-18.00 Uhr **Grundschulturnen**   
**Vereinsangebot** Tabea Rieker Römerhalle Neckargartach

17.30-18.30 Uhr **Indian Balance® 10 x**  
M 60,00 € / NM 80,00 € Sandra Eckstein Vereinsheim Fkb

18.00-19.30 Uhr **Gerätturnen Mädchen**   
**Vereinsangebot** Team Römerhalle Neckargartach

18.00-19.30 Uhr **Gerätturnen Jungen**   
**Vereinsangebot** Team Römerhalle Neckargartach

18.40-19.40 4Uhr **Tai Chi Chuan 10 x**  
M 60,00 € / NM 80,00 € Sandra Eckstein Vereinsheim Fkb

18.30-19.30 Uhr **Herzsportgruppe**  
**zuzahlungsfrei als Rehasport mit entspr. Verordnung**  
M 40 € / NM 80 € für Januar - Juni bzw Juli - Dezember  
Heike Steinle Sportheim NgT

20.00-21.00 Uhr **Frauengymnastik mit Musik**  
**Vereinsangebot** Sabine Forstinger Sportheim Neckargartach

20.00-21.00 Uhr **sanftes Ganzkörpertraining (auch für Wiedereinsteiger oder ungeübte Personen ab Donnersag, 02.02.2023 6 x**  
M 36,00 € / NM 48,00 € Sandra Eckstein Vereinsheim Fkb

# Freitag ab 13.01.2023

15.00-16.00 Uhr **Aquafitness 10 x**  
M 60,00 € / NM 80,00 € Nicole Walter Lehrschwimmbcken FB

18.00-19.00 Uhr **Fit & Fun für Senioren:**  
**Vereinsangebot** Sabine Klettner Sportheim Neckargartach  
**ab Februar 2023**

19.00-19.45 Uhr **Aqua fit für Sie und Ihn # Einsteiger**  
**zuzahlungsfrei als Rehasport mit entspr. Verordnung bei orthopädischen Erkrankungen**  
M 50,00 € / NM 100,00 für Januar - Dezember  
Nelly Rost Lehrschwimmbcken FB

19.00-20.10 Uhr **Fit & Fun am Freitagabend: Tiefenmuskeltraining ab Februar 2023**  
**Vereinsangebot** Sabine Klettner Sportheim Neckargartach

19.45-20.30 Uhr **Aqua fit für Sie und Ihn # Fortgeschrittene**  
**zuzahlungsfrei als Rehasport mit entspr. Verordnung bei orthopädischen Erkrankungen**  
M 50,00 € / NM 100,00 für Januar - Dezember  
Nelly Rost Lehrschwimmbcken FB

**# für ältere Menschen mit dem Ziel „aktiv älter werden“**

 **für Kinder**

M = Mitglieder des SV Heilbronn am Leinbach 1891 e.V.  
NM = Nichtmltglieder des SV Heilbronn am Leinbach 1891 e.V.

# Sportstätten

in **HN-Frankenbach:**

**Bamberger/Burgundenstraße**  
als Treffpunkt für Walking,  
**im Winter ist dienstagsabends Treffpunkt der Kindergarten im Ried, Riedweg**

**Ev.-meth. Kirche Frankenbach**  
Burgundenstraße 62

**Lehrschwimmbcken Frankenbach**  
bei der Grund- und Werkrealschule, Zugang über Riedweg

**Leintalsporthalle Frankenbach**  
Würzburger Straße 50

**Gymnastikraum GWRS Frankenbach**  
bei der Grund- und Werkrealschule, Zugang über Riedweg

**Gemeindehalle Frankenbach, kleiner Saal (1. OG)**  
Würzburger Straße 36

**Vereinsheim im Ried**  
Riedweg 52

in **HN-Neckargartach:**

**Neckarhalle Neckargartach**  
Böckinger Straße 36

**Römerhalle Neckargartach**  
Römerstraße 110

**Sportheim Neckargartach**  
Böllingerstraße 40

**Turnhalle Albrecht-Dürer-Schule Neckargartach**  
Dürerstraße 1

# SV Heilbronn am Leinbach 1891 e.V.

Der Sportverein Heilbronn am Leinbach 1891 e.V. ist ein Goßverein mit sportlichen Angeboten vornehmlich in Frankenbach und Neckargartach.

Er besteht aus den Abteilungen Boxen, Fußball, Handball, Karate, Kegeln, Ringen, Senioren, US-Sports, Tanz&Fitness, Tennis, Tischtennis, Turnen und Volleyball und bietet Ihnen somit ein breites Sportangebot.

In diesem Faltblatt finden Sie unsere Angebote in den Bereichen Turnen, Gymnastik, Fitness, Walking und Tanzen sowie unsere Reha- und Gesundheitskurse. Die Angebote sind für alle offen. Allerdings sind die Vereinsangebote ausschließlich für Mitglieder des SV Heilbronn am Leinbach. Ein Schnuppertraining und auch eine Mitgliedschaft sind jederzeit möglich.

Die Gesundheitskurse richten sich an alle Interessierten, sind zeitlich begrenzt und umfassen max. 15 Termine. Hierfür ist eine gesonderte und verbindliche Anmeldung auf dem Kursanmeldeformular vor oder zum Kursbeginn erforderlich. Eine Kurs-Anmeldung ist auch über die Website möglich. Die Kursgebühr wird mit der Anmeldung fällig. Die hier genannte Gebühr gilt bei Erreichen der Mindestteilnehmerzahl (8). Kurse können bei Unterbelegung (weniger als 8 Teilnehmer) abgesagt oder mit Zustimmung der Teilnehmer mit einer Stundenkürzung oder einer Aufzahlung dennoch durchgeführt werden. Bei gleicher Thematik können Kurse auch zusammengelegt werden, sofern die Mindest-teilnehmerzahl je Kurs nicht erreicht war. Die Kursgebühr ist auch dann zu zahlen, wenn Sie am Kurs nicht teilnehmen, sich aber angemeldet und Ihre Anmeldung nicht rechtzeitig (d.h. **Vor** Kursbeginn) bei [turnen@svhn1891.de](mailto:turnen@svhn1891.de) widerrufen haben.

## Geschäftsstelle

**SV Heilbronn am Leinbach 1891 e.V.**  
**Riedweg 52**  
**74078 Heilbronn-Frankenbach**  
**Tel. 07131 48 19 64 Fax 07131 20 592 91**  
**info@svhn1891.de, turnen@svhn1891.de**  
**www.svhn1891.de**

Änderungen vorbehalten

Stand: Januar 2023