



Gesundheitskurse, Reha-Sport und Angebote Turnen, Gymnastik, Fitness und Walking



**April bis Juli
2024**

Montag ab 08.04.2024

- 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: 12 x Nieren Qigong 2 aus dem Daoyin Yangshen Gong**
M 90,00 € / NM 126,00 € 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 09.04.2024

- 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 **Frauengymnastik am Morgen**
Vereinsangebot Regina Allmis Vereinsheim FB
- 09.00-10.00 Uhr **Haltungs- und Bewegungstraining 13 x #**
M 39,00 € / NM 78,00 € Erika Embacher Sportheim NgT
- 10.00-11.00 Uhr **Lungensport**
zuzahlungsfrei als Rehasport mit entspr. Verordnung;
M 30,00 € / NM 60,00 € für Januar - Juni bzw Juli - Dezember
Regina Allmis Vereinsheim FB
- 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: Kindergarten im Ried, Riedweg, FB
- 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
- 19.15-21.00 Uhr **Männerymnastik 60+**
Vereinsangebot Gudrun Knobloch Ge4mindehalle kleiner Saal FB
- 19.30-20.15 Uhr **Qigong als Reha-Sport in der Krebsnachsorge** Sandra Eckstein Vereinsheim FB
zuzahlungsfrei als Rehasport mit entspr. Verordnung
M frei / NM 50 € für 10 Termine
- 20.30-21.30 Uhr **Tai Chi Chuan für fortgeschrittene Einsteiger 12 x**
M 60,00 € / NM 84,00 € Sandra Eckstein Vereinsheim Frankenbach

Mittwoch ab 10.04.2024

- NEU – NEU – NEU NEU – NEU - NEU**
- 09.00-10.00 Uhr **Mama fit — Baby mit! 10 x**
M 50,00 € / NM 70,00 € Erika Embacher Sportheim NgT
Infostunde 10.04.2024 * Beginn am 17.04.2024
- 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
- 17.00-18.30 **G.u.T. - Gesund und Trainiert**
50,00 € für 5 Einheiten Jürgen Vorsatz Gemeindehalle FB
Beginn im Mai 2024
- 17.30-18.15 Uhr **Schwimmkurs Kinder ab 5 Jahre alt** 
M 85,00 € / NM 100,00 € 10 x Lehrschwimmbecken FB
Beginn nach den Sommerferien 2024
- 18.15-19.00 Uhr **Schwimmkurs Kinder ab 5 Jahre alt** 
M 85,00 € / NM 100,00 € 10 x Lehrschwimmbecken FB
Beginn nach den Sommerferien 2024
- 19.30.00-20.30 Uhr **Frauengymnastik**
Vereinsangebot Gudrun Knobloch Leintalsporthalle FB
- 20.00-21.00 Uhr **Bodyworkout**
Vereinsangebot Bettina Schmidgall Vereinsheim FB

Donnerstag ab 11.04.2024

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

Susen Strangfeld

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

Römerhalle Neckargartach

17.00-18.00 Uhr **Grundschulturnen** 🟡

Vereinsangebot Tabea Rieker

Römerhalle Neckargartach

NEU – NEU – NEU NEU – NEU - NEU

17.00-18.00 Uhr **Kinder Yoga 5-9 Jahre 10 x**

M 60,00 € / NM 80,00 € Carina Müller-Radany Nekarhalle Ngt

Infostunde 18.04.2024 * Beginn am 25.04.2024

17.30-18.30 Uhr **Indian Balance® 12 x**

M 72,00 € / NM 96,00 € 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 Kurzform 12 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 **sanftes Ganzkörpertraining (auch für Wiedereinsteiger oder ungeübte Personen 12 x**

M 72,00 € / NM 96,00 € Sandra Eckstein Vereinsheim Fkb

Freitag ab 12.04.2024

15.00-16.00 Uhr **Aquafitness 10 x**

M 60,00 € / NM 80,00 € Nicole Walter Lehrschwimmbecken FB

18.00-19.00 Uhr **Fit & Fun für Senioren**

Osteopathie Training plus

Vereinsangebot Sabine Klettner Sportheim Neckargartach

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

Lehrschwimmbecken FB

19.00-20.10 Uhr **Fit & Fun am Freitagabend:**

Osteopathietraining für Kiefer, Augen, Ohren,

Hirnnerven; Aroha & Kaha

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

Lehrschwimmbecken FB

für ältere Menschen mit dem Ziel „aktiv älter werden“

🟡 für Kinder

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

NM = Nichtmitgliedern 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

Lehrschwimmbecken Frankenbach

bei der Grund- und Werkrealschule, Zugang über Riedweg

Leintalsporthalle Frankenbach

Würzburger Straße 50

Gemeindehalle Frankenbach,

Würzburger Straße 36

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

Unsere Angebote und Bedingungen

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 Mindestteilnehmerzahl 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 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: März 2024