

Sommerferienprogramm SV Heilbronn am Leinbach 1891 e.V. vom 29.07. bis 10.09.2015



Muskelkräftigung Bauch – Beine -Po mit Eva Mazzurana

Montags im Sportheim Neckargartach 19.15-20.15 Uhr

03.08., 10.08., 17.08., 24.08. (M 3 Euro / NM 6 Euro)

Bodyworkout mit Ingrid Zeggel

Mittwochs im Sportheim Neckargartach 9.00-10.00 Uhr

29.07.; 05.08.; 12.08.; 19.08.; 26.08 (M 3 Euro / NM 6 Euro)

Pilates Plus mit Ingrid Zeggel

Mittwochs im Sportheim Neckargartach 10.10-11.10 Uhr

29.07.; 05.08.; 12.08.; 19.08.; 26.08 (M 3 Euro / NM 6 Euro)

Qigong mit Sandra Eckstein 18.00-19.30 Uhr

Anmeldung

Immer Montags, Treffpunkt Schulhof Frankenbach (M 10 Euro/ NM 15 Euro)

03.08. Verjüngungsübungen der chinesischen Kaiser

11.08. 8 Brokatübungen

17.08. 13 Tiere in der Kampfkunst

24.08. medizinisches Qigong für die inneren Organe

31.08. Lotus Qigong und mehr – für den Rücken

07.09. Idogo®

Kurs: Tai Chi Chuan für Einsteiger mit Sandra Eckstein 17.30-18.30 Uhr

immer Dienstags und Donnerstags, Treffpunkt Schulhof Frankenbach

August: 06./11./13./18./20./25./27. September: 01./03./08. *Anmeldung*

Gebühr für gesamten Kurs: Mitglieder 70 Euro, Nichtmitglieder 80 Euro

Indian Balance® mit Sandra Eckstein 19.40-20.40 Uhr

immer Donnerstags, Vereinsheim Frankenbach (M 4 Euro / NM 6 Euro)

Locker in den Tag starten mit Sandra Eckstein 9.00-10.00 Uhr *Anmeldung*

immer Donnerstags, Wiese beim Vereinsheim Fr. (M 4 Euro / NM 6 Euro)

Gebühren sind am jeweiligen Tag direkt beim Übungsleiter zu zahlen.

Ausnahme: „Tai Chi Chuan für Einsteiger“ = Komplettzahlung

M = Mitglieder des SV Heilbronn am Leinbach 1891

NM = Nichtmitglieder

kostenfreie Angebote für Mitglieder

Walkingtreff Frankenbach (Burgunden-/Bambergerstraße)

immer Montags ab 14.30 Uhr

immer Dienstags ab 18.30 Uhr

Laufftreff Neckargartach mit Brunhilde Siefert (Parkplatz Friedhof)

immer Montags 17.45-19.15 Uhr

immer Donnerstags 17.45-19.15 Uhr

Gebührenregelung für bisherige Teilnehmer-Nichtmitglieder wie bisher

Reha-Sport mit Nelly Rost

immer Dienstags und Freitags ab 19.00 Uhr

31.7. Trimm-Dich-Pfad Leingarten Treffpunkt: Leingarten

04.08. Wanderung Köpfertal TP: Bushaltestelle Trappensee

07.08. Wanderung Waldschänke Obereisesheim TP: Waldschänke

11.08. Trimm-Dich-Pfad Leingarten TP: Leingarten

14.08. Wanderung am Neckar entlang TP: Parkplatz Sportheim Ngt

18.08. Wanderung durch die Felder TP: Parkplatz Sportheim Ngt

21.08. Wanderung rund ums Jägerhaus TP: Parkplatz Grillstelle

bei schlechtem Wetter: nur Dienstags: Sportheim Neckargartach

Aerobic mit Bettina Schmidgall

immer Mittwochs im Vereinsheim Frankenbach 20.00-21.00 Uhr

Fit und Fun am Freitagabend mit Sabine Klettner

im Sportheim Neckargartach 19.00-20.15 Uhr

31.07.2015 Body Mind Improvement Tests

14.08.2015 Body Mind Improvement Einüben Ferienprogramm für zu Hause

21.08.2015 Body Mind Improvement Übungsphase Ferienprogramm

Neue Nichtmitglieder können einmal kostenfrei schnuppern.

Keine Anmeldung erforderlich – sofern am Angebot kein anderer Hinweis

SV Heilbronn am Leinbach Riedweg 52, 74078 Heilbronn,

Tel. 07131 48 19 64 oder 4 11 29, E-Mail: turnen@svhn1891.de