

Fitness & Gesundheitskurse

ab Sept.2021

Kursbezeichnung	Tag	Uhrzeit	Ort	Trainer
Sport & Gesundheit	Montag	18.15 - 19.15 Uhr	Thiebauthschule	Inge
Pilates (Voranmeldung)	Montag	19.00 – 20.00 Uhr	WL-Realschule Spiegelsaal	Gabi
Pilates (Voranmeldung)	Montag	20.00 – 21.00 Uhr	WL-Realschule Spiegelsaal	Gabi
Parkours/Calisthenics	Montag	19.00 - 21.00 Uhr	WL-Realschule	Kansei
Seniorinnengymnastik	Montag	19.00 - 20.00 Uhr	Schillerschule	Simone
Funktionsgymnastik für Frauen	Montag	20.00 - 21.00 Uhr	Schillerschule	Simone
Frauen Männer FitMix (bis 27.09 noch im Baggerloch)	Montag	19.15 – 20.15 Uhr	Eichendorf Gymraum neu	Ophelia
Koronar-(Herz)Sport (3xKurse) (Vorab Anmeldung nötig)	Montag	18.00 – 21.00 Uhr	Eichendorf Gymnasium	Irene + Ärzteteam
Kursbezeichnung	Tag	Uhrzeit	Ort	Trainer
Fungy mit Skigymnastik (ab 05.10.21)	Dienstag	20.00 – 21.30 Uhr	WL-Realschule Spiegelsaal	Sabine H.
Rückenschule	Dienstag	18.30 – 19.30 Uhr	Kaserne	Lenka
Rückenschule	Dienstag	19.30 – 20.30 Uhr	Kaserne	Lenka
Bodyfit (ab 05.10)	Dienstag	19.30 - 21.00 Uhr	Eichendorff-Gymraum neu	Sabine W.
Kursbezeichnung	Tag	Uhrzeit	Ort	Trainer
Wirbelsäulengymnastik	Mittwoch	19.00 – 20.00 Uhr	WL-Realschule	Lucian
Fit <u>ins</u> Alter	Mittwoch	20.15 – 21.30 Uhr	WL-Realschule	Birgit
Herrenseniorenfitness & Ballspiele	Mittwoch	20.00 – 22.00 Uhr	Pestalozzischule	Rico
Kursbezeichnung	Tag	Uhrzeit	Ort	Trainer
Fit in den Tag	Donnerstag	09.00 - 10.00 Uhr	Kaserne	Lisa
AthletikFit (bis 07.10 im Stadion)	Donnerstag	19.00 – 20.00 Uhr	Wilhelm-Lorenz Realschule	Lucian
Zumba (Start 30.09) Voranmeldung	Donnerstag	19.00 – 20.00 Uhr	Schillerschule Gymraum	Tim
Kursbezeichnung	Tag	Uhrzeit	Ort	Trainer
Herrenseniorenfitness & Prellball	Freitag	20.00 - 21.00 Uhr	WL-Realschule	Martin



SSV ETTLINGEN
1847 e.V.



GYM WELT
GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN



Weitere Informationen unter www.ssv-ettlingen.de oder Tel: 07243-77121 oder lucian.henkelmann@ssv-ettlingen.de