

EXTRA KURSE MITTWOCHS

Ganzkörperkräftigung* sanft und effektiv standardisiertes Programm, Ausdauer, Koordination, Gleichgewichtsschulung, sensomotorisches Training, Stärkung der Muskulatur

Wann mittwochs, 08.30 Uhr
ab 4.3.2020
Trainerin Jutta Schulze
Ort Harmonikafreunde
Dauer 10 x 75 Minuten
Gebühr 50 € Abteilungsmitglieder
63 € Vereinsmitglieder
79 € Nichtmitglieder
Anmeldung Jutta Schulze (07152 / 399922)
j.s.schulze@gmx.de

REHA-Sport REHA Orthopädie

Wann mittwochs, 9.50 und 10.40 Uhr
Trainerin Doris Staudt
Ort Harmonikafreunde
Dauer 10 x 45 Minuten
Gebühr **kostenlos auf Verordnung
Formular 56**
40 € Vereinsmitglieder
68 € Nichtmitglieder
Anmeldung Doris Staudt (07152 / 53676)
fitness@sv-leonbergeltingen.de



* Kurse sind zertifiziert mit dem Gütesiegel Zentrale Prüfstelle Prävention **Sport pro Gesundheit**. Bitte wegen einer evtl. Kostenbeteiligung bei der Krankenkasse nachfragen.

EXTRA KURSE DONNERSTAGS

Bewegen statt schonen*

Standardisiertes Programm,
Ganzkörperkräftigung mit und ohne Geräte
Wann donnerstags, 19.00 Uhr
ab 23.1.2020
Trainerin Sibylle Groß
Ort Sportzentrum Leonberg, kl.Halle
Dauer 10 x 90 Minuten
Gebühr 60 € Abteilungsmitglieder
75 € Vereinsmitglieder
95 € Nichtmitglieder
Anmeldung Sibylle Groß (07152 / 27045)
matze.leo@gmx.de

EXTRA KURSE FREITAGS

REHA-SPORT REHA Orthopädie

Wann freitags, 9.30 Uhr
Trainerin Doris Staudt
Ort Harmonikafreunde
Dauer 10 x 45 Minuten
Gebühr **kostenlos auf Verordnung
Formular 56**
40 € Vereinsmitglieder
68 € Nichtmitglieder
Anmeldung Doris Staudt (07152 / 53676)
fitness@sv-leonbergeltingen.de

Nordic Walking Treff

Wann freitags, 18.00 Uhr
Trainerin Karin Enz, Petra Hafner
Ort Winter - Tennishalle Eltingen
Sommer - Waldfriedhof
Anmeldung Doris Staudt (07152 / 53676)
fitness@sv-leonbergeltingen.de



Fitness & Gesundheit Rehasport



Zusätzliches Kursangebot

Frühjahr 2020

SV Leonberg/Eltingen e.V.
Bruckenbachstr.33 - 71229 Leonberg
www.sv-leonbergeltingen.de