

Neues Kursprogramm ab September 2026

Montag ab 14.09.2026	Dienstag ab 15.09.2026	Mittwoch ab 16.09.2026	Donnerstag ab 17.09.2026	Freitag ab 18.09.2026
	9.00 - 10.00 Uhr (3) 12 x / 56€ / 73€ Bodyforming/ Rückengymnastik Gunda Wiest		9.30 - 10.30 Uhr (1) 10 x / 47€ / 61€ Freude an Bewegung Ü60 Inga Stark	8.30 - 9.45 Uhr (1) 10x / 60 / 77€ Hatha-Yoga Inga Stark
	NEU NEU NEU Ab 22.09.2026 16.15 - 17.15 Uhr (1) 6x / 22€ / 28€ KinderYoga Gunda Wiest			9.45 - 10.45 Uhr (1) 10x / 47€ / 61€ Bodyforming/ Rückengym mit Yoga Inga Stark
	17.45 - 18.45 Uhr (1) 12 x / 56€ / 73€ Rückenfit Melanie Herter	NEU NEU NEU ONLINE 20.15 - 21.15 Uhr (4) 12 x / 56€ / 73€ Qi Gong (Ein starker Rücken mit Qi Gong) Ute Kammel	17.45 - 18.45 Uhr (2) 12 x / 56€ / 73€ Qi Gong Ute Kammel	10.45 - 11.45 Uhr (1) 10x / 47€ / 61€ Freude an Bewegung Ü60 Inga Stark
	NEU NEU NEU ONLINE 17.45 - 18.45 Uhr (4) 12 x / 56€ / 73€ Qi Gong (Stärkung des Immunsystems und der Organe) Ute Kammel	17.45 - 19.00 Uhr (1) 10 x / 60€ / 77€ Hatha-Yoga Inga Stark	18.00 - 19.00 Uhr (3) 12x / 63€ / 81€ Jumping Fitness Melanie Herter	
	17.45 - 19.00 Uhr (2) 10 x / 60€ / 77€ Yoga-Pilates Heike Hagel			
18.30 - 19.30 Uhr (1) 12 x / 63€ / 81€ TRX Melanie Herter	19.05 - 20.05 Uhr (3) 12 x / 56€ / 73€ Bodyworkout Theresa Koch	19.00 - 20.00 Uhr (1) 10x / 47€ / 61€ Rückenschule mit Yogaelementen Inga Stark	19.00 - 20.15 Uhr (2) 10x / 60€ / 77€ Yoga-Pilates Heike Hagel	19.15 - 20.15 Uhr (1) 12x / 56€ / 73€ Rückentraining mit Box-Aerobic Gunda Wiest
20.15 - 21.15 Uhr (1) 12 x / 56€ / 73€ Wirbelsäulengymnastik Ute Kammel	19.00 - 20.00 Uhr (1) 12x / 63€ / 81€ TRX Melanie Herter	20.00 - 21.00 Uhr (1) 12x / 56€ / 73€ Bodyforming/ Rückengymnastik Gunda Wiest	20.00 - 21.00 Uhr (1) 12x / 56€ / 73€ Fitnessgymnastik für Männer	20.15 - 21.15 Uhr (1) 12x / 56€ / 73€ Bewegter Rücken mit Faszientraining Gunda Wiest

Anmeldung: Online über das Anmeldeformular auf der Homepage des SV Äpfingen
Kursangebote: <http://www.sv-aepfingen.de/GuFi/Kursangebot/>
Die Anmeldung erfolgt mit Angabe von Namen, Anschrift, Kursnummer, Bankverbindung, E-Mail, Telefonnummer

Fragen?: an E-Mail: guFi@sv-aepfingen.de

Kursgebühren: Die Kursgebühren werden abgebucht, Die Einzugsermächtigung zur Abbuchung der Kursgebühr wird durch Unterschrift auf der beim Kurs ausliegenden Teilnehmerliste erteilt.

Ort: Turnhalle **Äpfingen** Gymnastikraum (1) bzw. Bühne (3) und im Gemeindehaus **Sulmingen** (2), **NEU: Online** (4)

Kursgebühren: Mitglieder / Nichtmitglieder

Stand: 12.07.2026