

Neues Kursprogramm ab April 2026

Montag ab 13. April 2026	Dienstag ab 14. April 2026	Mittwoch ab 15. April 2026	Donnerstag ab 16. April 2026	Freitag ab 17. April 2026
	Ab 21.04.2026 9.00 - 10.00 Uhr (3) 10 x / 47€ / 61€ 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
	17.45 – 18.45 Uhr (1) 10 x / 47€ / 61€ Rückenfit Melanie Herter			9.45 – 10.45 Uhr (1) 10x / 47€ / 61€ Bodyforming/ Rückengym mit Yoga Inga Stark
	NEU NEU NEU ONLINE 17.45 - 18.45 Uhr (4) 10 x / 47€ / 61€ Qi Gong (Stärkung des Immunsystems und der Organe) Ute Kammel	NEU NEU NEU ONLINE 20.15 – 21.15 Uhr (4) 10 x / 47€ / 61€ Qi Gong (Ein starker Rücken mit Qi Gong) Ute Kammel	17.45 - 18.45 Uhr (2) 10 x / 47€ / 61€ Qi Gong Ute Kammel	10.45 – 11.45 Uhr (1) 10x / 47€ / 61€ Freude an Bewegung Ü60 Inga Stark
	Ab 21.04.2026 17.45 - 19.00 Uhr (2) 10 x / 60€ / 77€ Yoga-Pilates Heike Hagel	17.45 – 19.00 Uhr (1) 10 x / 60€ / 77€ Hatha-Yoga Inga Stark	18.00 – 19.00 Uhr (3) 10x / 53€ / 68€ Jumping Fitness Melanie Herter	
	19.05 – 20.05 Uhr (3) 10 x / 47€ / 61€ Bodyworkout Theresa Koch		NEU NEU NEU 18.45 - 19.45 Uhr (1) 10 x / 47€ / 61€ GynetixX Michelle Bohlig	
18.30 – 19.30 Uhr (1) 10 x / 53€ / 68€ TRX Melanie Herter	19:00 – 20:00 Uhr (1) 10x / 53€ / 68€ TRX Melanie Herter	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	Ab 24.04.2026 19.15 - 20.15 Uhr (1) 10x / 47€ / 61€ Rückentraining mit Box-Aerobic Gunda Wiest
Ab 20.04.2026 20:15 - 21:15 Uhr (1) 10 x / 47€ / 61€ Wirbelsäulengymnastik Ute Kammel		Ab 22.04.2026 20.00 - 21.00 Uhr (1) 10x / 47€ / 61€ Bodyforming/ Rückengymnastik Gunda Wiest	20.00 - 21.00 Uhr (1) 10x / 47€ / 61€ Fitnessgymnastik für Männer	Ab 24.04.2026 20.15 - 21.15 Uhr (1) 10x / 47€ / 61€ 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

