

## Informationen

### Allgemein und ♥ Kurse

#### SVGG Geschäftsstelle

Friedhofstr. 1  
71254 Ditzingen-Hirschlanden  
07156-6365  
[info@svgg-online.de](mailto:info@svgg-online.de)

Mittwoch 17.00 – 19.00 Uhr  
Donnerstag 8.30 – 12.00 Uhr  
Freitag 15.30 – 17.30 Uhr

### Damengymnastik

#### Abteilungsleitung

**Erika Wahl**  
07156-4356246  
[erika.wahl.svgg@email.de](mailto:erika.wahl.svgg@email.de)

### Jedermannsport

#### Abteilungsleitung

**Manfred Wörner**  
07156-2075100  
[svgg-jedermaenner@arcor.de](mailto:svgg-jedermaenner@arcor.de)

### Ski & Bike

#### Abteilungsleitung

**Gerhard Jaenicke**  
07156-436313  
[gerhard.jaenicke@upia.de](mailto:gerhard.jaenicke@upia.de)

### Sportstätten:

STH: Schulturnhalle Theodor-Heuglin-Schule  
KKH: Karl-Koch-Halle  
AFH: Alfred-Fögen-Halle  
SGS: Sportgelände Seehansan

## Zeitplan zum GYMWELT-Programm

### 2019

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		♥ 9.30 – 11.00 <b>Yoga</b> AFH / Gym.saal	♥ 8.30 – 09.30 <b>Pilates</b> AFH / Gym.saal	♥ 8.00 – 9.15 <b>Hatha Yoga</b> AFH / Gym.saal
	 9.30 – 10.30 <b>Fit for Fun Damen</b> KKH / großer Saal	 10.00 – 11.00 <b>Jedermannsport Senioren</b> KKH / großer Saal	♥ 10.00 – 11.00 <b>Fit bis ins Alter f. Mann/Frau</b> KKH / kleiner Saal	 9.30 – 11.00 <b>Jedermannsport Senioren</b> AFH / Gym.saal
 18.00 – 19.00 <b>Lady's Fitness</b> AFH / Halle	 17.30 – 18.30 <b>Best Ager 55 Plus</b> AFH / Gym.saal	♥ 17.45 – 19.00 <b>Hot Iron® 1</b> AFH / Gym.saal	 18.30 – 19.30 <b>Fit und Aktiv</b> KKH / großer Saal	♥ 17.45 – 19.00 <b>Hot Iron® 2</b> AFH / Gym.saal
 19.00 – 20.00 <b>Lady's Fitness</b> AFH / Halle	 18.00 – 19.30 <b>„Älter“ na und – Vielfalt ist angesagt</b> KKH / großer Saal		 20.00 – 21.30 <b>Skigymnastik</b> KKH / großer Saal	♥ 18.30 – 19.30 <b>Functional Core-Training</b> STH
 19.30 – 21.30 <b>Jedermannsport Männer</b> AFH / Halle (ab 01.05.-01.11. 19.15 – 21.30 SGS)	♥ 19.30 – 20.30 <b>Pilates meets Flexibar®</b> KKH / großer Saal		 19.00 – 21.00 <b>Jedermannsport Männer</b> SGS (ab 01.05.-01.11.)	 20.00 – 22.00 <b>Jedermannsport Männer</b> KKH (ab 01.11. – 30.04.)
♥ 20.00 – 21.15 <b>Hot Iron® Cross</b> AFH / Gym.saal				
♥ 20.30 – 22.00 <b>Orientalischer Tanz</b> KKH / kl. Saal				

*Neu ab 1/2019*



+ Kursangebote

**S** paß  
**V** italität  
**G** esundheit  
**G** eselligkeit



**Sportvereinigung Hirschlanden-Schöckingen 1947 e.V.**