



Hier ist wieder unser flexibles Sommersportprogramm für ALLE! Bleibt fit im Sommer!

Ohne Anmeldung, ohne Einbuchen! Einfach dabei sein! Wir freuen uns auf euch!

Wenn ihr unser Sportprogramm wertschätzen wollt, freuen sich Trainerinnen und Trainer über eine Spende.

DEN SOMMERSPORT-PLAN ZUM AUSDRUCKEN FINDET IHR AUF DER HOMEPAGE [sv-remshalden-gymnastik.de](http://sv-remshalden-gymnastik.de)

### VINYASA YOGA mit Nina

Montag 18:50-19:50 Sportraum Geradstetten

05.08./12.08./19.08./26.08.

### ZUMBA mit Katja

Montag 19:15-20:15 Sportplatz Goethestr. Grunbach  
- bei Regen 20:00 Sportraum Geradstetten

29.07./05.08./12.08.

### RÜCKEN AKTIV&MOBIL mit Heike

Dienstag 9:00-10:00 WEH Geradstetten

30.07./06.08./13.08./27.08.

### "5 ESSLINGER" mit Carmen

Dienstag 16:00-17:00 Sportraum Geradstetten

13.08./20.08./27.08.



### EASY JUMPING mit Britta

Dienstag 18:30-19:30 WEH Geradstetten

30.07./06.08./13.08./27.08.

### EASY FIT mit Heike

Mittwoch 13:30-14:30 WEH Geradstetten

31.07./07.08./14.08./21.08./28.08.

### BODY COMPLETE mit Nora

Mittwoch 19:00-20:00 Sportraum Geradstetten

24.07./31.07./07.08./14.08.

### PHYSIOTRAINING mit Nubia

Mittwoch 18:30-19:30 WEH Geradstetten

31.07./07.08./14.08./21.08./28.08.

### FASZIENMOBILITY mit Heike

Mittwoch 19:00-20:00 Jahnhalle Grunbach

31.07./07.08./14.08./21.08./28.08.

### FIT KOMPAKT mit Heike

Donnerstag 8:45-9:45 WEH Geradstetten

25.07./01.08./08.08./15.08./22.08./29.08.

### BODYFIT mit Sabine und Yasemin

Donnerstag 18:25-19:25 WEH Geradstetten

08.08./15.08./22.08./29.08.



### JUMP ON mit Sabine und Yasemin

Donnerstag 19:30-20:30 WEH Geradstetten

08.08./15.08./22.08./29.08.

### FUNCTIONAL TRAINING mit Felix

Donnerstag 19:00-20:00 WEH Geradstetten/Outdoor

25.07./01.08./15.08./22.08./29.08.

### YOGA mit Kerstin

Freitag 9:00-9:45 Sportraum Geradstetten

02.08./09.08./16.08./23.08./29.08.

**FRAGEN ZU KURSEN ODER SPORTSTÄTTEN? HEIKE 0163-7183458, GERNE MELDEN!**



Ab September starten wir dann wieder mit unseren Kursen! Kurs auswählen und direkt hier buchen!

<https://sv-remshalden-gymnastik.de/kurs-buchen/>