



Kurse der Abteilung Turnen - Winter 2026

Balance Swing	Montag	08.30 - 09.30 Uhr	ab 12. Januar	10x
Balance Swing	Mittwoch	19.30 - 20.30 Uhr	ab 07. Januar	10x
BBP	Dienstag	20.00 - 21.00 Uhr	ab 13. Januar	ganzjährig
Beckenboden-Training	Donnerstag	20.00 - 21.00 Uhr	ab 08. Januar	10x
Beckenboden-Training	Freitag	10.00 - 11.00 Uhr	ab 09. Januar	10x
Bodystyling	Donnerstag	20.00 - 21.00 Uhr	ab 08. Januar	10x
Choreo Dance	Dienstag	18.30 - 19.30 Uhr	ab 13. Januar	ganzjährig
Fit & Gesund Senioren	Montag	10.00 - 11.00 Uhr	ab 12. Januar	10x
Fit & Vital (nur für Männer)	Donnerstag	10.30 - 11.30 Uhr	ab 08. Januar	ganzjährig
Forever fit	Mittwoch	19.15 - 20.15 Uhr	ab 07. Januar	ganzjährig
Jumping (mit Daniela)	Montag	20.00 - 20.45 Uhr	ab 12. Januar	10x
Jumping (mit Sarah)	Dienstag	20.00 - 20.45 Uhr	ab 13. Januar	10x
Jumping (mit Carmen)	Freitag	08.30 - 09.15 Uhr	ab 09. Januar	10x
Pilates	Donnerstag	17.30 - 18.30 Uhr	ab 08. Januar	10x
Qi Balance	Mittwoch	18.15 - 19.15 Uhr	ab 14. Januar	10x
Step Aerobic	Mittwoch	08.15 - 09.15 Uhr	ab 07. Januar	8x
Yoga (mit Susanne)	Montag	17.45 - 19.15 Uhr	ab 12. Januar	10x
Yoga (mit Din)	Dienstag	18.15 - 19.45 Uhr	ab 13. Januar	10x
Zumba	Donnerstag	18.45 - 19.45 Uhr	ab 08. Januar	ganzjährig

Beckenboden-Training/ Bodystyling	Aktive Mitglieder / Nichtmitglieder	30 € / 70 €
Fit & Gesund (Senioren)/ Pilates/ Qi Balance	Aktive Mitglieder / Nichtmitglieder	30 € / 70 €
Balance Swing/ Jumping	Aktive Mitglieder / Nichtmitglieder	40 € / 75 €
Yoga	Aktive Mitglieder / Nichtmitglieder	50 € / 90 €
Step Aerobic	Aktive Mitglieder / Nichtmitglieder	kostenfrei / 28 €
BBP/ Choreo Dance / Forever fit/ Zumba/ Fit & Vital (Männer)	nur Aktive Mitglieder	kostenfrei

Infos & Anmeldung
unter www.sv-erpfting.de oder per Mail: turnen@sv-erpfting.de