



Kurse der Abteilung Turnen – Herbst 2026

Balance Swing	Montag	08.30 – 09.30 Uhr	ab 21. Sept. 2026	10x
Balance Swing	Mittwoch	18.45 – 19.45 Uhr	ab 16. Sept. 2026	10x
BBP	Dienstag	20.00 – 21.00 Uhr	ab 15. Sept. 2026	ganzjährig
Beckenboden-Training	Freitag	10.00 – 11.00 Uhr	ab 18. Sept. 2026	10x
Bodystyling	Donnerstag	20.00 – 21.00 Uhr	ab 17. Sept. 2026	10x
Choreo Dance	Dienstag	18.30 – 19.30 Uhr	ab 15. Sept. 2026	ganzjährig
dyn. Faszientraining	Donnerstag	19.45 – 20.45 Uhr	ab 17. Sept. 2026	10x
Fit & Gesund Senioren	Montag	10.00 – 11.00 Uhr	ab 21. Sept. 2026	10x
Fit & Vital (für Männer)	Donnerstag	10.30 – 11.30 Uhr	ab 17. Sept. 2026	ganzjährig
Forever fit	Mittwoch	19.15 – 20.15 Uhr	ab 16. Sept. 2026	ganzjährig
Jumping (mit Dani)	Montag	20.00 – 20.45 Uhr	ab 21. Sept. 2026	10x
Jumping (mit Sarah)	Dienstag	20.00 – 20.45 Uhr	ab 15. Sept. 2026	10x
Jumping (mit Carmen)	Freitag	08.30 – 09.15 Uhr	ab 18. Sept. 2026	10x
Pilates	Donnerstag	18.30 – 19.30 Uhr	ab 17. Sept. 2026	10x
Step Aerobic	Mittwoch	08.15 – 09.15 Uhr	ab 30. Sept. 2026	8x
Tanz wie Du bist	Mittwoch	09.30 – 10.30 Uhr	ab 16. Sept. 2026	10x
Yoga	Montag	18.15 – 19.45 Uhr	ab 21. Sept. 2026	10x
Yoga	Dienstag	18.15 – 19.45 Uhr	ab 15. Sept. 2026	10x
Zumba	Donnerstag	18.45 – 19.45 Uhr	ab 17. Sept. 2026	ganzjährig

Beckenboden-Training / Bodystyling / Tanz wie du bist

Fit & Gesund (Senioren) / Pilates/dyn. Faszien **Aktive** Mitglieder / Nichtmitglieder 35 € / 75 €

Balance Swing/ Jumping **Aktive** Mitglieder / Nichtmitglieder 45 € / 80 €

Yoga **Aktive** Mitglieder / Nichtmitglieder 55 € / 95 €

BBP / Choreo Dance / Forever fit / Zumba

Fit & Vital (nur für Männer) **nur Aktive** Mitglieder **kostenfrei**

Weitere Informationen / Anmeldung unter www.sv-erpfting.de oder turnen@sv-erpfting.de