

BODYSTYLING

Kurs 1: 6 x mittwochs 19:15 Uhr – 20:15 Uhr,
31.07./ 07.08./ 14.08./ 21.08./ 28.08./ 04.09.2019

Trainer/ Ort: Nora Brodmann im GSV aktiv-o

Kosten je Kurs mit 6 Terminen:

24,00 € GSV Mitglieder; 40,00 € Nichtmitglieder

Kosten einzelne Kursstunde:

4,50 € GSV Mitglieder; 7,00 € Nichtmitglieder

BODYART®

Kurs: 4 x donnerstags 17:30 Uhr – 18:30 Uhr,
22.08./ 29.08./ 05.09./ 12.09.2019

Trainer/ Ort: Elke Braun im GSV aktiv-o, Kursraum 1

Kosten je Kurs mit 4 Terminen:

18,00 € GSV Mitglieder; 28,00 € Nichtmitglieder

Kosten einzelne Kursstunde:

5,00 € GSV Mitglieder; 8,00 € Nichtmitglieder

PILATES

Anfänger + Mittelstufe:

3 x mittwochs 17:15 Uhr – 18:15 Uhr,
21.08./ 28.08./ 04.09.2019

Trainer/ Ort: Michaela Röhn im GSV aktiv-o

Mittelstufe: 4 x dienstags 17:30 Uhr – 18:30 Uhr,
20.08./ 27.08./ 03.09./ 10.09.2019

Trainer/ Ort: Elke Braun im GSV aktiv-o

Kosten je Kurs mit 4 Terminen:

18,00 € GSV Mitglieder; 28,00 € Nichtmitglieder

Kosten je Kurs mit 3 Terminen:

13,00 € GSV Mitglieder; 20,00 € Nichtmitglieder

Kosten einzelne Kursstunde:

5,00 € GSV Mitglieder; 8,00 € Nichtmitglieder

YOGA

Kurs: 6 x mittwochs 18:30 – 20:00 Uhr,
31.07./ 07.08./ 14.08./ 21.08./ 28.08./ 04.09.2019

Trainer/ Ort: Birgit Ruthhardt/ Victoria Ambrus im GSV aktiv-o

Kosten je Kurs mit 6 Terminen:

36,00 € GSV Mitglieder; 62,00 € Nichtmitglieder

Kosten einzelne Kurseinheit:

7,00 € GSV Mitglieder; 11,00 € für Nichtmitglieder

FIT UND GESUND

Kurs 1: 6 x mittwochs 08:30 Uhr – 09:30 Uhr,
31.07./ 07.08./ 14.08./ 21.08./ 28.08./ 04.09.2019

Kurs 2: 3 x mittwochs 16:15 Uhr – 17:15 Uhr,
21.08./ 28.08./ 04.09.2019

Trainer/ Ort: GSV Sportlehrerteam im GSV aktiv-o

Kosten je Kurs mit 6 Terminen:

24,00 € GSV Mitglieder; 40,00 € Nichtmitglieder

Kosten je Kurs mit 3 Terminen:

12,00 € GSV Mitglieder; 20,00 € Nichtmitglieder

Kosten einzelne Kursstunde:

4,50 € GSV Mitglieder; 7,00 € Nichtmitglieder

FITNESS-MIX

Kurs 1: 6 x montags 18:35 Uhr – 19:35 Uhr,
29.07./ 05.08./ 12.08./ 19.08./ 26.08./ 02.09.2019

Kurs 2: 6 x freitags 09:30 Uhr – 10:30 Uhr,
02.08./ 09.08./ 16.08./ 23.08./ 30.08./ 06.09.2019

Kurs 3: 3 x donnerstags 09:30 Uhr – 10:30 Uhr,
22.08./ 29.08./ 05.09.2019

Trainer/ Ort: GSV Sportlehrerteam im GSV aktiv-o

Kosten je Kurs mit 6 Terminen:

24,00 € GSV Mitglieder; 40,00 € Nichtmitglieder

Kosten je Kurs mit 3 Terminen:

12,00 € GSV Mitglieder; 20,00 € Nichtmitglieder

Kosten einzelne Kursstunde:

4,50 € GSV Mitglieder; 7,00 € für Nichtmitglieder

KÖRPER - HALTUNG - BECKENBODEN

Kurs 1: 3 x dienstags 18:00 Uhr – 19:30 Uhr,
20.08./ 27.08./ 03.09.2019

Kurs 2: 3 x donnerstags 09:30 Uhr – 11:00 Uhr,
22.08./ 29.08./ 05.09.2019

Trainer/ Ort: Marlies Hornikel im GSV aktiv-o

Kosten je Kurs mit 3 Terminen:

18,00 € GSV Mitglieder; 30,00 € Nichtmitglieder

Kosten einzelne Kurseinheit:

7,00 € GSV Mitglieder; 11,00 € für Nichtmitglieder



Sommerferien 2019

GSV KURSE

Das GSV Kurs-, Gesundheitssport und Fitnessprogramm mit allen Zeiten, Kosten und Trainingsorten für die Sommerferien 2019



Partner
des GSV



DAS GSV-KURS-, GESUNDHEITSSPORT UND FITNESSPROGRAMM IN DEN SOMMERFERIEN

Freuen Sie sich auch in den Sommerferien 2019 auf attraktive Gesundheitssport- und Fitnessangebote von B wie Bodystyling über P wie Pilates bis zu Z wie Zumba.

In diesem Faltblatt finden Sie alle Sommerferienkurse des GSV-Maichingen mit allen Zeiten, Orten, Trainer*innen und Kosten. Eine Beschreibung zu den Kursen finden Sie im aktuellen „GSV Aktiv-Magazin“ oder im Internet unter: www.gsv-maichingen.de Die Kursstunden können in den Sommerferien einzeln oder je als kompletter Sommerkurs gebucht werden.

JEDER KANN MITMACHEN!

Das GSV-Kurs-, Gesundheits-, Rehasport- und Fitnessprogramm steht allen offen. GSV-Mitgliedern und Nichtmitgliedern. GSV-Mitglieder profitieren allerdings von einem günstigeren Kursbeitrag.

ANMELDUNG

Die Anmeldung erfolgt vorab auf der GSV Geschäftsstelle inkl. Barzahlung oder Sepa-Lastschrift-Mandat für die Kursgebühr(en). Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt; es erfolgt keine Anmeldebestätigung durch den GSV Maichingen e. V.. Die Kursteilnehmer*innen werden nur dann benachrichtigt, wenn der Kurs bereits belegt ist oder nicht stattfindet.

FRAGEN?

Wenden Sie sich bitte bei Fragen direkt an die GSV Geschäftsstelle im Bürgerhaus Maichingen, Sindelfinger Str. 44, 71069 Sindelfingen
Tel.: 07031 38 10 40, Fax: 07031 38 22 35
www.gsv-maichingen.de, E-mail: info@gsv-maichingen.de

Sprechzeiten: Dienstag 10:00 – 13:00 Uhr
Donnerstag 15:00 – 19:00 Uhr

FASZIENTRAINING

Kurs: 3 x freitags 08:45 Uhr – 09:45 Uhr,
23.08./ 30.08./ 06.09.2019
Trainer/ Ort: Judith Waibel im GSV aktiv-o
Kosten je Kurs mit 3 Terminen:
14,00 € GSV Mitglieder; 22,00 € Nichtmitglieder
Kosten einzelne Kursstunde:
5,00 € GSV Mitglieder; 8,00 € Nichtmitglieder

FUNCTIONAL-FITNESS

Kurs: 6 x montags 20:30 Uhr – 21:30 Uhr,
29.07./ 05.08./ 12.08./ 19.08./ 26.08./ 02.09.2019
Trainer/ Ort: GSV Sportlehrerteam im GSV aktiv-o
Kosten je Kurs mit 6 Terminen:
24,00 € GSV Mitglieder; 40,00 € Nichtmitglieder
Kosten einzelne Kursstunde:
4,50 € GSV Mitglieder; 7,00 € für Nichtmitglieder

ZUMBA®-FITNESS

Kurs 1: 5 x freitags 19:00 Uhr – 20:00 Uhr,
02.08./ 16.08./ 23.08./ 30.08./ 06.09.2019
Kurs 2: 5 x samstags 10:00 Uhr – 11:00 Uhr,
03.08./ 17.08./ 24.08./ 31.08./ 07.09.2019
Trainer/ Ort: Tobias Reimann im GSV aktiv-o
Kosten je Kurs mit 5 Terminen:
20,00 € GSV Mitglieder; 32,50 € Nichtmitglieder
Kosten einzelne Kursstunde:
4,50 € GSV Mitglieder; 7,00 € Nichtmitglieder

STRONG BY ZUMBA®

Kurs 1: 5 x freitags 18:00 Uhr – 19:00 Uhr,
02.08./ 16.08./ 23.08./ 30.08./ 06.09.2019
Kurs 2: 5 x samstags 11:00 Uhr – 12:00 Uhr,
03.08./ 17.08./ 24.08./ 31.08./ 07.09.2019
Trainer/ Ort: Tobias Reimann im GSV aktiv-o
Kosten je Kurs mit 5 Terminen:
20,00 € GSV Mitglieder; 32,50 € Nichtmitglieder
Kosten einzelne Kursstunde:
4,50 € GSV Mitglieder; 7,00 € Nichtmitglieder

WIRBELSÄULENGYMNASTIK

Kurs 1: 6 x montags 17:30 Uhr – 18:30 Uhr,
29.07./ 05.08./ 12.08./ 19.08./ 26.08./ 02.09.2019
Kurs 2: 6 x freitags 10:35 Uhr – 11:35 Uhr,
02.08./ 09.08./ 16.08./ 23.08./ 30.08./ 06.09.2019
Trainer/ Ort: GSV Sportlehrerteam im GSV aktiv-o
Kosten je Kurs mit 6 Terminen:
24,00 € GSV Mitglieder; 40,00 € Nichtmitglieder
Kosten einzelne Kursstunde:
4,50 € GSV Mitglieder; 7,00 € für Nichtmitglieder

FÜNF ESSLINGER

Kurs: 2 x dienstags 10:00 Uhr – 11:00 Uhr,
06.08./ 13.08.2019
Trainer/ Ort: Regina Maser im GSV aktiv-o
Kosten je Kurs mit 2 Terminen:
8,00 € GSV Mitglieder; 14,00 € Nichtmitglieder
Kosten einzelne Kursstunde:
5,00 € GSV Mitglieder; 8,00 € für Nichtmitglieder

NORDIC WALKING

Kurs: 3 x freitags 10:15 Uhr – 11:30 Uhr,
23.08./ 30.08./ 06.09.2019
Trainerin: Judith Waibel
Ort: Treffpunkt Stuttgarter Str. Abzweigung Magstadt
Kosten je Kurs mit 3 Terminen:
18,00 € GSV Mitglieder; 27,00 € Nichtmitglieder
Kosten einzelne Kursstunde:
7,00 € GSV Mitglieder; 10,00 € Nichtmitglieder

Herausgeber

GSV Maichingen e. V.
Sindelfinger Str. 44
71069 Sindelfingen
www.gsv-maichingen.de

Bildnachweis

© Andrey Popov - fotolia.com
Gedruckt auf 100 % Recyclingpapier.