

Unser Aktiv- Bewegungsprogramm



Allee 12 • 74072 Heilbronn

Tel. 07131/16 29 29

FAX 07131/5 94 48 04

E-Mail: [info@kneipp-verein-](mailto:info@kneipp-verein-heilbronn.de)

[heilbronn.de](mailto:info@kneipp-verein-heilbronn.de)

Internet: www.kneipp-verein-heilbronn.de

Gymnastikräume • Turnhallen • Treffpunkte

| | |
|---|----|
| Turnhalle Paul-Meyle-Schule, Guldensteinstr. 32 | 1 |
| Gymnastikraum Pestalozzischule, über Schillerstr. | 2 |
| Solebecken Hallenbad HN, Untere Neckarstr. 21 | 4 |
| Tanzschule Brenner, Wilhelmstr. 23. | 5 |
| Turnhalle Johannes-Häußler-Schule, Neckarsulm | 8 |
| Gemeindezentrum St. Paulus, Neckarsulm | 9 |
| Gymn. Raum Ludwig-Pfau-Schule, H. Hoover-Str. | 10 |
| Heilbronner Stimme und Kneipp-Info Heilbronn | 13 |
| Gemeindehalle Frankenbach, Würzburger Str. | 14 |
| Pfuhlpark, Eingang West, Rosengarten | 17 |

Die Heilbronner Stimme informiert über **Tageswanderungen** „Tipps für Touren“.

Nachmittagswanderungen 14tägig.

Radtouren, immer donnerstags von April bis Oktober siehe HSt. Mix.

Aktiv-Bewegungsgruppen, Städtetouren, Wanderwochen, Reisen siehe Info Kneipp-Verein oder Heilbronner Stimme.

Programme und Informationen des Vereins liegen aus: in der Stadtbücherei K3, Touristik-Information (Kaiserstr.)

Kursbeginn in den Sporthallen ab 19. September 2022

Anmeldung erforderlich,

Jahres-Veranstaltungsplan (Änderungen vorbehalten)

| Kennziffer | | Uhrzeit | Ort |
|------------|---|---------------|-----|
| 101 | MO Gesundheits-Gymnastik Kinder | 17.00-18.00 | 1 |
| 102 | MO Gesundheits/Rückengymn./Sturzproph. | 18.00-19.00 | 1 |
| 111 | MO Hatha-Yoga | 10:30-11:30 | 14 |
| 170 | MO Wassergymnastik/Schwimmen | 19.00-19:45 | 4 |
| 180 | MI Walking/Nordic-Walking-Winterzeit | 15.00-16.00 | 17 |
| 180 | MO Walking/Nordic-Walking-Sommerzeit | 17.00-18.00 | 17 |
| 201 | DI Gymn.60 Plus Muskelkräftigung SIE | 9.00-10.00 | 5 |
| 210 | DI Bewegungstraining - Eltern+Kind | 16.15-17.15 | 1 |
| 211 | DI Bewegungstraining - Eltern+Kind | 17.15-18.15 | 1 |
| 222 | DI Rücken-Fit mit Beckenboden-Gymnastik | 18:45-19:45 | 10 |
| 230 | DI Geselliges Tanzen | 09:30-10:30 | 5 |
| 260 | DI Gesunder Rücken SIE+IHN | 18:30-19:30 | 1 |
| 270 | DI Yoga+Fazien-Training auch für Anfänger | 19:35-20:35 | 1 |
| 280 | DI Hatha-Yoga, SIE und IHN | 17:30-18:30 | 10 |
| 300 | MI Ges.-Gymn „Fit bis ins hohe Alter, SIE | 9.30-10.30 | 14 |
| 310 | MI Ges.-Gymn. „Fit bis ins hohe Alter“ | 10.30-11.30 | 14 |
| 320 | MI Nachmittagswanderungen 14tägig | | |
| 331 | MI Hatha-Yoga, SIE + IHN | 18.00-19.00 | 9 |
| 403 | DO Radwanderungen 14 Uhr Neckarhalde | April-Oktober | 13 |
| 440 | DO Rücken-Fit mit Beckenboden-Gymnastik | 18.00-19.00 | 8 |
| 450 | DO Rücken-Fit mit Beckenboden-Gymnastik | 19.15-20.15 | 8 |
| 460 | DO Ges.-Gymn. „Ganzkörpertraining“ Sie | 18:00-19:00 | 2 |
| 600 | SA Halb- oder Tageswanderungen siehe Heilbronner Stimme | | |
| 610 | SA Städtetouren - Veranstaltungen | ★★★★★ | 13 |

◇ Örtlichkeit wird den Teilnehmern bekannt gegeben.

★★★★★= neue Termine siehe Kneipp-Info u. Heilbronner Stimme

*Kurs-Nr. 102 ab 19.09.-12.12.2022
**Gesundheits- u. Rückengymnastik
+ Sturzprophylaxe für Frauen** *noch Plätze frei*
ÜL – Eva Grabowski
Turnhalle Paul-Meyle-Schule
jeweils montags [18:00 -19:00 Uhr](#)

*Kurs-Nr. 201 ab 04.10.12.2022 *noch Plätze frei*
**Ges.-Gymn. 60 plus – Muskelkräftigung,
Koordination, Dehnung-** ÜL - Irmgard Hagner
Tanzschule Brenner, Wilhelmstr. 23,
[dienstags 9:00-10:00Uhr](#)

*Kurs-Nr. 222 ab 20.09.-06.12.2022
**Rücken-Fit, Wirbelsäulengymnastik – noch Plätze frei
für Sie und IHN**
Turnhalle Ludwig-Pfau-Schule, H. Hoover-Str.
jeweils dienstags um [19:45-19:45 Uhr](#)

*Kurs-Nr. 260 ab 20.09.-06.12.2022
Gesunder Rücken, Wirbelsäulengymnastik mit
Pilates-Übungen Sie + IHN ÜL– M. Schüssler
Turnhalle Paul Meyle-Schule, HN-Sontheim
jeweils dienstags um [18:30 bis 19:30 Uhr](#)

*Kurs-Nr. 270 ab 20.09.-06.12.2022 *noch Plätze frei*
Hatha-Yoga
Turnhalle Paul Meyle-Schule, HN-Sontheim
jeweils dienstags um [19:35 bis 20:35 Uhr](#)

*Kurs-Nr. 280 ab 27.09.2022
Hatha-Yoga, SIE und IHN *noch Plätze frei*
Yogalehrerin - Teresa Leon,
Turnhalle Ludwig-Pfau-Schule, H. Hoover-Str.
jeweils dienstags [17:30-18:30 Uhr](#)

Kurs 300 ab 21.09.2022
Fit bis ins hohe Alter , Frauen *noch Plätze frei*
ÜL: F. Molnar, 10 UE
Gemeindehalle Frankenbach, Würzburger Str.
jeweils mittwochs [09:30-10:30 Uhr](#)

*Kurs-Nr. 460 ab 22.09.—15.12.2022
Ges.Gymnastik beweglich fit und gesund,
Turnhalle Pestalozzischule, Schillerstr.
jeweils [18:00 bis 19:00 Uhr](#) *noch Plätze frei*