

Unser Aktiv- Bewegungsprogramm



Allee 12 • 74072 Heilbronn
 Tel. 07131/16 29 29
 FAX 07131/5 94 48 04
 E-Mail: info@kneipp-verein-heilbronn.de
www.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 Januar 2024

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-Gym/Stuhl	18:45-19:45 10
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 08.01.2024, 10 UE
**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 09.01.2024, 10 UE *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 09.01.2024 10 UE,
Rücken-Fit, Wirbelsäulengymn./Stuhl– *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 23.01.2024, 10 UE
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 23.01.2024, 10 UE *noch Plätze frei*
Hatha-Yoga
 Turnhalle Paul Meyle-Schule, HN-Sontheim
 jeweils dienstags um [19:35 bis 20:35 Uhr](#)

*Kurs-Nr. 280 ab 16.01.2024, 10 UE
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 10.01.2024, 10 UE
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 11.01.2024, 10 UE
Ges.Gymnastik beweglich fit und gesund,
 Turnhalle Pestalozzischule, Schillerstr.
 jeweils [18:00 bis 19:00 Uhr](#) *noch Plätze frei*