

Unser Aktiv- Bewegungsprogramm



Verein
Allee 12 • 74072 Heilbronn
Tel. 07131/16 29 29
FAX 07131/5 94 48 04
E-Mail: info@kneipp-verein-heilbronn.de
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 April 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 08.04.2024, 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 09.04.2024, 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 16.04.2024 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 23.04.2024, 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 23.04.2024, 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 23.04.2024, 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 24.04.2024, 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 18.04.2024, 10 UE
Ges.Gymnastik beweglich fit und gesund,
Turnhalle Pestalozzischule, Schillerstr.
jeweils [18:00 bis 19:00 Uhr](#) *noch Plätze frei*