

Programm für Neureut



ab 2022

Bringen Sie Schwung in Ihr Leben - mit unseren offenen Bewegungsangeboten unter professioneller Anleitung.

Unsere Angebote stehen Ihnen ohne vorherige Anmeldung und ohne Mitgliedschaft offen.

Pro Bewegungsangebot wird ein Entgelt von 3,00 € bis 5,00 € pro Teilnehmer/in und Übungsstunde erhoben. Bitte bringen Sie (sich) bequeme Kleidung mit.

Die Bewegungs-Kurse finden **nicht** in den Schulferien statt.

Fit im Studio – Wirbelsäulengymnastik

Montags 9:30 Uhr bis 10:30 Uhr und 10:30 Uhr bis 11:30 Uhr
Krafraum Tus Neureut, Rechts der langen Richtstatt 4
Übungsleiter: Herr Nikolaus Gröning, TuS Neureut

„Er und Sie In Schwung“

Dienstags 17:15 Uhr bis 18:30 Uhr
Judohalle TuS Neureut, Rechts der langen Richtstatt 4
Übungsleiterin: Frau Andrea Romatschke

Kurzwanderungen (kostenfrei)

„Jeden Donnerstag geht es mit Schwung auf Neureuter Gemarkung herum“
Donnerstags 9:32 Uhr bis max. 11:30 Uhr
Treffpunkt: Straßenbahnhalterstelle Bärenweg, Neureut
Übungsleiterin: Frau Quernhorst, Schwarzwaldverein Neureut

Nordic Walking

Dienstags 9 Uhr bis 10 Uhr
Freitags 9 Uhr bis 10 Uhr
Uhrzeit im Winter (Oktober bis Ostern) um 9:30 Uhr
Treffpunkt: Waldsportplatz Kirchfeld
Übungsleiter: Herr Bruchmann, CVJM Neureut

Weitere Informationen:

Freitag: 10 – 14 Uhr
Tel. 0721 3504085

Sportkreis Karlsruhe
Am Fächerbad 5
76131 Karlsruhe

Wassergymnastik (kostenfrei, Eintritt ins Bad: 4,20 €/Einzelkarte)

Donnerstags 8:00 Uhr bis 8:20 Uhr, 9:00 Uhr bis 9:20 Uhr und
10:00 Uhr bis 10:20 Uhr

Adolf-Ehrmann-Bad, Unterfeldstr. 46

Übungsleitung: Bäderbetriebe Karlsruhe / Ortsverwaltung Neureut

Fit und Vital im Alter – Gymnastik, Koordination- und Balancetraining

Dienstags 10:45 Uhr bis 12:15 Uhr

Gemeinschaftsraum VOLKSWOHNUNG, Erna-Scheffler-Str. 12, EG links, Neureut-Kirchfeld

Übungsleiterin: Frau Kunz, Gemeinschaft f. Seniorengymnastik und Tanz

Weitere Informationen erhalten Sie unter Tel.: 0721 / 3504085 und im Internet unter www.sportkreis-karlsruhe.de , Sportkreis Karlsruhe e.V., Am Fächerbad 5, 76131 Karlsruhe oder bei der Ortsverwaltung Neureut, Tel: 0721 / 7805-116