

Programm für Wolfartsweier und Wettersbach



2023

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 2,50 € 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.

Wolfartsweier

Fit bis ins hohe Alter – Sitzgymnastik, Kraft- und Balancetraining

Mittwochs 16:00 bis 17:00 Uhr

Begegnungsstätte, Rathausstr. 2, Wolfartsweier

Übungsleiterin: Frau Kunz, ASV Wolfartsweier

Fitness 50+

Mittwochs 18:00 bis 19:00 Uhr

Grundschule Wolfartsweier, Turnhalle, Steinkreuzstr. 56

Übungsleiterin: Frau Kunz, ASV Wolfartsweier

Wettersbach

Fit ab 50 / 60

Freitags 10:00 bis 11:00 Uhr

ASV Grünwettersbach, Turnhalle, Im Rodel 7

Übungsleiterin: Frau Metz, ASV Grünwettersbach

Weitere Informationen:

Freitag: 10 – 14 Uhr

Tel. 0721 3504085

Sportkreis Karlsruhe

Am Fächerbad 5

76131 Karlsruhe

Funktionsgymnastik

Montags 17:30 bis 18:30 Uhr

ASV Grünwettersbach, Turnhalle, Im Rodel 7

Übungsleiterin: Frau Bentler, ASV Grünwettersbach

Walking

Mittwochs 18:00 Uhr

Treffpunkt: Sportplatz ASV Grünwettersbach, Heidenheimerstr.

Übungsleiterin: Frau Link, ASV Grünwettersbach

Sitzgymnastik

Mittwochs 10:00 bis 11:00 Uhr

Seniorenresidenz am Wettersbach, Gymnastikraum, Am Wiesenacker 29

Übungsleiterin: Frau Przybylak, SC Wettersbach

Nordic Walking

Montags und Donnerstags 18:30 bis 19:30 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz Funkturm, bitte Stöcke mitbringen!!!

Übungsleiterin: Frau Lump, SC Wettersbach

Sicher gehen – sicher stehen

Gymnastik, Kraft- und Balancetraining zur Sturzvorbeugung

Mittwochs 8:30 bis 9:30 Uhr

Sportpark Tannweg, Mehrzweckraum, Balinger Str. 2

Übungsleiterin: Frau Przybylak, SV Grünwettersbach / Kath.

Kirchengemeinde Grünwettersbach

Sportangebot für Männer

Gymnastik, Ausdauertraining und leichte Ballspiele

Mittwochs 10:00 bis 11:30 Uhr

Außengelände des SC Wettersbach,

bei schlechtem Wetter und im Winter im Mehrzweckraum, Balinger Str. 2

Übungsleiter: Herr Berkner, SC Wettersbach

Weitere Informationen erhalten Sie unter Tel.: 0721 / 3504085 und/oder im Internet unter www.karlsruhe.de/inschwung.

Sportkreis Karlsruhe e.V.

Am Fächerbad 5

76131 Karlsruhe