



Das sportliche Angebot des Sportclubs Großschwarzenlohe während der Sommerferien 2025

Die Übungsleiterinnen der Turn- und Gymnastikabteilung bieten heuer zum 12. mal ein buntgemischtes Fitnessprogramm unter freiem Himmel an. Das Sommer-Fit-Mix-Ticket kann ab sofort via Paypal bei Uli Wieser (nu.wieser@t-online.de) bezahlt oder in den Sportstunden in der Waldhalle bei den Übungsleiterinnen gekauft werden.

Mit Bezahlung der einmaligen Gebühr von 8,- € für SCG-Mitglieder bzw. 40,- € für Nichtmitglieder seid ihr angemeldet.

Alle Kurse finden bei trockenem Wetter auf dem Sportgelände, Mittelweg 80, bei Regen in der Tennishalle (gegenüber) statt.

15 Kurseinheiten á 60 Minuten, ein Preis.

(Einzelne Stunden können leider nicht gekauft werden.)

19:00 Uhr - Sportplatz -bei Regen in der Tennishalle- (Bitte eine Matte mitbringen!)

Montag, 04.08.2025 Workout mit dem Theraband	Mittwoch, 06.08.2025 Tabata	Donnerstag, 07.08.2025 ** Jacaranda Ball
Montag, 11.08.2025 Workout mit den Schwimnnudeln	Mittwoch, 13.08.2025 Fit Click	Donnerstag, 14.08.2025 ** Yoga
Montag, 18.08.2025 Workout mit dem Seil	Mittwoch, 20.08.2025 Aerobic-Mix	Donnerstag, 21.08.2025 ** Walking mit dem Windshape Belt
Montag, 25.08.2025 Pure Workout	Mittwoch, 27.08.2025 Aroha	Donnerstag, 28.08.2025 ** Wirbelsäule pur
Montag, 01.09.2025 Workout mit den Brasils	Mittwoch, 03.09.2025 Workout mit den Tennisbällen	Donnerstag, 04.09.2025 Aerobic im 3/4-Takt

** Nur Donnerstags nach dem Sport gemütlicher Ausklang auf der SCG-Terrasse mit uns Übungsleiterinnen.
Programmänderungen behalten wir uns jederzeit vor!

Mit dem Kauf des Tickets erklärt Ihr Euch einverstanden, dass Bilder für Homepage und Presse gemacht werden dürfen.