

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag	Sonntag
Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 1
9 - 10 Uhr Effektiv Workout mit Klara		9 - 10 Uhr Body-Toning mit Alexandra		9 - 10 Uhr Rücken & Fit mit Giulia		9 - 10 Uhr Rücken aktiv Mix mit Alexandra					9 ¹⁵ - 10 ¹⁵ Uhr Cycling mit wechselnden Kursleitern
10 ¹⁵ - 11 ¹⁵ Uhr Yoga mit Susanne	10 - 11 Uhr Rücken aktiv mit Hanne im Gymnastikraum bis 11.12.2023	10 ¹⁵ - 11 ¹⁵ Uhr ggf. Cycling mit Zeljka				10 ¹⁵ - 11 ¹⁵ Uhr ggf. Cycling mit Gerhard		9 ³⁰ - 10 ³⁰ Uhr Rückenkurs mit Klara		10 - 11 Uhr Workout mit Basti	
					15 ³⁰ - 16 ³⁰ Uhr Qi Gong mit Hedi bis 13.12.2023						
17 - 18 Uhr Functional Training mit Julieta		17 ¹⁵ - 18 ¹⁵ Uhr Rückenkurs mit Giulia		17 - 18 Uhr Cycling mit Iris oder Heidi		17 - 18 Uhr Cycling mit Thomas		17 ³⁰ - 18 ³⁰ Uhr Functional Training mit Sonja			
18 - 19 Uhr Rückenkurs mit Julieta		18 ¹⁵ - 19 ¹⁵ Uhr HIIT mit Giulia		18 - 19 Uhr Aktiv Plus mit Alexandra		18 - 19 Uhr Strong Nation® mit Heike		18 ³⁰ - 19 ³⁰ Uhr Cycling mit Sonja	18 ³⁰ - 19 ³⁰ Uhr Yoga mit Susanne		
19 - 20 Uhr Cycling mit Daniel				19 - 20 Uhr Rücken aktiv mit Hanne bis 27.12.2023							
20 - 21 Uhr Kickboxen mit Bernd											



Schwierigkeitsgrad

leicht
mittel
schwer



Kurs ist von der Zentralen Prüfstelle für Prävention zertifiziert & wird bezuschusst!

Alle Kurse finden ab 3 Teilnehmer statt!
Anmeldung zu den Kursen erforderlich. Alle Angaben sind ohne Gewähr, kurzfristige Änderungen müssen der MyWellness App entnommen oder telefonisch erfragt werden.

SCV-Center

Sportparkstraße 10
89269 Vöhringen
T 0 73 06 - 95 00 213
F 0 73 06 - 95 00 214

info@scv-center.de
www.scv-center.de

Öffnungszeiten

Mo - Fr 8 - 22 Uhr
Sa/So/Feiertags
Oktober - April 9 - 19 Uhr
Mai - September 9 - 13 und 16 - 20 Uhr