

## EXTRA KURSE MITTWOCHS

**Ganzkörperkräftigung\*** sanft und effektiv standardisiertes Programm, Ausdauer, Koordination, Gleichgewichtsschulung, sensomotorisches Training, Stärkung der Muskulatur

Wann mittwochs, 08.30 Uhr  
ab 4.3.2020

Trainerin Jutta Schulze  
Ort Harmonikafreunde  
Dauer 10 x 75 Minuten  
Gebühr 50 € Abteilungsmitglieder  
63 € Vereinsmitglieder  
79 € Nichtmitglieder

Anmeldung Jutta Schulze (07152 / 399922)  
[j.s.schulze@gmx.de](mailto:j.s.schulze@gmx.de)

### REHA-Sport REHA Orthopädie

Wann mittwochs, 9.50 und 10.40 Uhr

Trainerin Doris Staudt  
Ort Harmonikafreunde  
Dauer 10 x 45 Minuten  
Gebühr **kostenlos auf Verordnung**

**Formular 56**  
40 € Vereinsmitglieder  
68 € Nichtmitglieder  
Anmeldung Doris Staudt (07152 / 53676)  
[fitness@sv-leonbergeltingen.de](mailto:fitness@sv-leonbergeltingen.de)



\* Kurse sind zertifiziert mit dem Gütesiegel Zentrale Prüfstelle Prävention **Sport pro Gesundheit**. Bitte wegen einer evtl. Kostenbeteiligung bei der Krankenkasse nachfragen.

## EXTRA KURSE DONNERSTAGS

### Bewegen statt schonen\*

Standardisiertes Programm, Ganzkörperkräftigung mit und ohne Geräte  
Wann donnerstags, 19.00 Uhr  
ab 23.1.2020

Trainerin Sibylle Groß  
Ort Sportzentrum Leonberg, kl.Halle  
Dauer 10 x 90 Minuten  
Gebühr 60 € Abteilungsmitglieder  
75 € Vereinsmitglieder  
95 € Nichtmitglieder

Anmeldung Sibylle Groß (07152 / 27045)  
[matze.leo@gmx.de](mailto:matze.leo@gmx.de)

## EXTRA KURSE FREITAGS

### REHA-SPORT REHA Orthopädie

Wann freitags, 9.30 Uhr

Trainerin Doris Staudt  
Ort Harmonikafreunde  
Dauer 10 x 45 Minuten  
Gebühr **kostenlos auf Verordnung**  
**Formular 56**  
40 € Vereinsmitglieder  
68 € Nichtmitglieder

Anmeldung Doris Staudt (07152 / 53676)  
[fitness@sv-leonbergeltingen.de](mailto:fitness@sv-leonbergeltingen.de)

### Nordic Walking Treff

Wann freitags, 18.00 Uhr  
Trainerin Karin Enz, Petra Hafner  
Ort Winter - Tennishalle Eltingen  
Sommer - Waldfriedhof

Anmeldung Doris Staudt (07152 / 53676)  
[fitness@sv-leonbergeltingen.de](mailto:fitness@sv-leonbergeltingen.de)



# Fitness & Gesundheit Rehasport



# Zusätzliches Kursangebot

# Frühjahr 2020

SV Leonberg/Eltingen e.V.  
Bruckenbachstr.33 - 71229 Leonberg  
[www.sv-leonbergeltingen.de](http://www.sv-leonbergeltingen.de)