

## Informationen

### Allgemein und ▼ Kurse

#### SVGG Geschäftsstelle

Friedhofstr. 1  
71254 Ditzingen-Hirschlanden  
07156-6365  
[info@svgg-online.de](mailto:info@svgg-online.de)

Mittwoch 16.00 – 18.00 Uhr  
Donnerstag 8.30 – 12.00 Uhr

### Damengymnastik

#### Abteilungsleitung

Ingrid Hofmann  
[i.hofmann@svgg-online.de](mailto:i.hofmann@svgg-online.de)

### Jedermannsport

#### Abteilungsleitung

Manfred Wörner  
07156-2075100  
[svgg-jedermaenner@arcor.de](mailto:svgg-jedermaenner@arcor.de)

### Ski & Bike

#### Abteilungsleitung










Burghard Schaller  
0176-23178918  
[burghi@mountain-patrol.de](mailto:burghi@mountain-patrol.de)

### Sportstätten:

STH: Schulturnhalle Theodor-Heuglin-Schule  
KKH: Karl-Koch-Halle  
AFH: Alfred-Fögen-Halle  
SGS: Sportgelände Seehanssen

## Zeitplan zum GYMWELT-Programm

### 2023/1

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	 9.30 – 10.30 <b>Fit for Fun Damen</b> KKH / großer Saal	▼ 9.00 – 10.00 findet nicht statt Yoga AFH / Gym.saal	▼ 8.30 – 09.30 <b>Yogilates</b> AFH / Gym.saal	▼ 8.00 – 9.15 <b>Hatha Yoga</b> AFH / Gym.saal
	 17.30 – 18.30 * <b>Best Ager 55 Plus</b> AFH / Gym.saal	▼ 19.00 – 20.00 <b>Hot Iron® 1</b> AFH / Gym.saal	 18.30 – 19.30 <b>Fit und Aktiv</b> KKH / großer Saal	
 18.00 – 19.00 <b>Lady's Fitness</b> AFH / Gym.saal	 18.00 – 19.20 „Älter“ na und – <b>Vielfalt ist angesagt</b> KKH / großer Saal		▼ 18.30 – 19.30 <b>Hatha Yoga</b> AFH / Gym.saal	
 19.00 – 20.00 <b>Lady's Fitness</b> AFH / Gym.saal	▼ 18.00 – 19.30 <b>Ausdauertraining und Ganzkörperkräftigung</b> STH		 19.00 – 21.00 (ab 01.10.-30.04. 19.00 – 21.00 STH) <b>Jedermannsport</b> Männer SGS	
 19.45 – 21.45 (ab 01.05.-01.11. 19.30 – 21.30 SGS) <b>Jedermannsport</b> Männer AFH / Halle	▼ 18.45 – 19.45 <b>Strong Nation™</b> KKH / kleiner Saal		 20.00 – 21.00 (ab 01.10.- ca. 14.05.) <b>Skigymnastik</b> KKH / großer Saal	
▼ 20.00 – 21.30 <b>Hot Iron® 2+Stretching</b> AFH / Gym.saal				 9.30 – 11.00 <b>Jedermannsport</b> Senioren AFH / Gym.saal



+ Kursangebote

**S** paß  
**V** italität  
**G** esundheit  
**G** eselligkeit



Sportvereinigung  
Hirschlanden-  
Schöckingen  
1947 e.V.