

SV Kappel e. V.

Angebote der Abteilung Fitness und Gymnastik ab 14.09.2026



Montag		Dienstag	Mittwoch		Donnerstag	Freitag	Sonntag
		8:45 – 10:15 Yogatherapie Schwimmbad				8:45 – 9:45 Pilates Schwimmbad	
		10:30 – 12:00 Osteopathic Movement Schwimmbad				10:30 – 11:30 Qi-Gong Schwimmbad	10:30– 11:15 HIIT für Damen Schwimmbad
		Kindertanzen 14:45 – 15:30 Gruppe 1 15:30 – 16:30 Gruppe 2 16:30– 17:30 Gruppe 3 Schwimmbad					
18:15 – 19:15 Senioren Gymnastik, Damen Halle	19:00 – 20:00 Aroha Schwimmbad		17:15 – 18:00 HIIT für Damen Schwimmbad			18:00 – 19:00 Gymnastik Bleib fit- mach mit Halle	
19:30 – 20:30 Damen- Gymnastik Halle	20:15 – 21:30 Yoga Damen Schwimmbad	18:30 – 19:30 Senioren Gymnastik, gemischt Halle		19:00 – 20:00 Gymnastik für fitte Ü-50 gemischt Halle	20:00 – 22:00 Badminton Halle	19:00 – 20:00 Functional Fitness Halle	

Sportstätten: Halle der Schauinslandschule, Moosmattenstr. 16

Schwimmbad – ehemaliges Schwimmbad, Untergeschoss der Schauinslandschule

Neue Teilnehmer und Teilnehmerinnen sind herzlich willkommen – bei Interesse nehmen Sie bitte Kontakt zu den Übungsleiter/innen auf: Homepage www.svkappel.de oder bei Cristina Schlegelmilch unter fitundgym@svkappel.de