



PREMIUM-KURSPROGRAMM

gültig ab 19.01.2026 **FIT & GESUND**

MONTAG	DIENSTAG	MITWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
09:00-09:45 Uhr Rehasport Ortho Halle 4	11:30-12:15 Uhr Lungensport Gruppe Halle 4	10:00-11:00 Uhr Hockergymnastik Zum Goldnen Löwen	10:45-11:30 Uhr Lungensport Gruppe Halle 4	16.00-17.00 Uhr Kinderkurs Shotokan Karate Halle 5	10:15-11:15Uhr Fit & Spaß mit Hanteln Halle 5
10:00-10:45 Uhr Rehasport Ortho Halle 4	19:00-20:00 Uhr Tough Class Halle 5	11:00-11:45 Uhr Medizinisches Aufbautraining Halle 5		17:00-17:45 Uhr Rehasport Ortho Halle 4	11:30-12:30Uhr Fit mit Line Dance Halle 5
11:00-11:45 Uhr Medizinisches Aufbautraining Halle 5		13:30-14:15Uhr Rehasport Ortho Halle 5		18:00-19:00 Uhr Starke Mitte: Rücken & Core Halle 5	SONNTAG
17:00-18:00 Uhr Sling Workout SGA Kita		14:30-15:15 Uhr Rehasport Ortho Halle 5		19:00-20:00 Uhr Hula Hoop Halle 3	10:30-11:30 Uhr Jumping Fitness Weekend Special Halle 5
17:15-18:00 Uhr Körpermitte 360°: Atmung & Beckenboden Jugendraum		17:30-18:30 Uhr Herzsport Halle 3			
18:00-19:00 Uhr Body Fusion Jugendraum		18:00-19:00 Uhr Jumping Fitness Halle 5			
19:00-20:00 Uhr FaszienFit GOS		18:30-19:30 Uhr Herzsport Halle 3			
		19:00-20:00 Uhr Contemporary Pilates Jugendraum			
		20:00-21:00 Uhr Schwangerschafts Sport Halle 5			

= Teilnahme nur mit
genehmigter Verordnung

Voraussetzung für die Teilnahme an den
Kursen ist die Online-Anmeldung unter
www.sg-arheilgen.de/kursangebot



Premiumsponsor



Volksbank
Darmstadt Mainz



SPORTHALLEN

ALS

Astrid-Lindgren-Schule
Stadtweg 1, 64291 Darmstadt
Eingang Bernhardstraße

EKS

Erich-Kästner-Schule
Turnhalle, Barntingstraße 33
64289 Darmstadt

GBS

Georg-Büchner-Schule
Nieder-Ramstedter-Straße 120
64285 Darmstadt

GOS

Goetheschule
Viktoriastraße 31
64293 Darmstadt

Zum Goldnen Löwen

Frankfurter Landstraße 153
64291 Darmstadt

Halle 1-5

Merck-SGA-Sportzentrum
Auf der Hardt 80
64291 Darmstadt

Haupteingang & Foyer

Merck-SGA-Sportzentrum
Auf der Hardt 80
64291 Darmstadt

Kalkofen Parkplatz

Kalkofenweg 90
64291 Darmstadt

Merck Sporthalle

Schreberweg 52
64289 Darmstadt

SGA Kita

Kursraum
Auf der Hardt 82
64291 Darmstadt

LGG

Ludwig-Georgs-Gymnasium
Nieder-Ramstedter Straße 2
64283 Darmstadt

Zeughaus Parkplatz

(Schloss Kranichstein)
Kranichsteiner Straße 253
64289 Darmstadt

WBS

Wilhelm-Busch-Schule
Wilhelm-Busch-Weg 1
64291 Darmstadt

BAS

Bernhard-Adlung-Schule
Vogelsbergstraße 50
64289 Darmstadt

Sportgemeinschaft Arheilgen e.V.

Auf der Hardt 80 | 64291 Darmstadt | E-Mail: sga@sg-arheilgen.de | Telefon: 06151 676 330
Telefon Fitnessstudio: 06151 376 520 | Telefax: 06151 351 212