



# PREMIUM-KURSPROGRAMM

gültig ab 13.04.2026 **FIT & GESUND**

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
09:00-09.45 Uhr Rehasport Ortho Halle 4	11:30-12:15 Uhr Lungensport & Post Covid Halle 4	10:00-11:00 Uhr Hockergymnastik Zum Goldenen Löwen	10:45-11:30 Uhr Lungensport & Post Covid Halle 4	16.00-17.00 Uhr Kinderkurs Shotokan Karate Halle 5	10:00-11:00Uhr Outdoor Training Bürgerpark
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	<b>SONNTAG</b>
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			



Voraussetzung für die Teilnahme an den Kursen ist die Online-Anmeldung unter [www.sg-arheilgen.de/kursangebot](http://www.sg-arheilgen.de/kursangebot)

**[Yellow Box]**  
= Teilnahme nur mit  
genehmigter Verordnung



Premiumsponsor





# SPORTHALLEN

## **ALS**

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

## **EKS**

Erich-Kästner-Schule  
Turnhalle, Bartningstraße 33  
64289 Darmstadt

## **GBS**

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

## **GOS**

Goetheschule  
Viktoriastraße 31  
64293 Darmstadt

## **Zum Goldenen 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-Ramstädter Straße 2  
64283 Darmstadt

## **Zeughaus Parkplatz**

(Schloss Kranichstein)  
Kranichsteiner Straße 253  
64289 Darmstadt

## **WBS**

Wilhelm-Busch-Schule  
Wilhelm-Busch-Weg 6  
64291 Darmstadt

## **BAS**

Bernhard-Adelung-Schule  
Vogelsbergstraße 50  
64289 Darmstadt

## **Rasenplatz**

(am Arheilger Mühlchen)  
Würzburger Straße 60  
64291 Darmstadt

## **Sportgemeinschaft Arheilgen e.V.**

Auf der Hardt 80, 64291 Darmstadt | E-Mail: [sga@sg-arheilgen.de](mailto:sga@sg-arheilgen.de) | [www.sg-arheilgen.de](http://www.sg-arheilgen.de)  
Telefon: 06151/676330 | Telefon Fitnessstudio: 06151/376520 | Telefax: 06151 351212