PREMIUM-KURSPROGRAMM

gültig ab 19.10.2026 **FIT & GESUND**

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
09:00-09.45 Uhr Rehasport Ortho Halle 4	**18:00-19:00 Uhr** Tough Class Halle 5	**10:00-11:00 Uhr** Hockergymnastik Zum Goldnen Löwen	**10:45-11:45 Uhr** Lungensport & Post Covid Halle 4	**17:00-17:45 Uhr** Rehasport Ortho Halle 4	**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		**18:00-19:00 Uhr** Starke Mitte: Rücken & Core Halle 5	**11:30-12:30Uhr** Fit mit Line Dance Halle 4/5
10:00-10:45 Uhr Lungensport Halle 5		**12:00-12:45Uhr** Rehasport Ortho Halle 5		**19:00-20:00 Uhr** Hula Hoop Halle 3	**SONNTAG**
11:00-11:45 Uhr Medizinisches Aufbautraining Halle 5		**13:00-13:45 Uhr** Rehasport Ortho Halle 5			**10:30-11:30 Uhr** Jumping Fitness Weekend Special Halle 5
17:00-18:00 Uhr Sling Workout SGA Kita		**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

MERCK

Volksbank Darmstadt Mainz

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 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-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 I E-Mail: sga@sg-arheilgen.de I www.sg-arheilgen.de
Telefon: 06151/376330 I Telefon Fitnessstudio: 06151/376520 I Telefax: 06151 351212