

# PREMIUM-KURSPROGRAMM

gültig ab 27.10.2025 FIT & GESUND

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	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		<b>16.00-17.00 Uhr</b> Kinderkurs Shotokan Karate Halle 4	Outdoor
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	10:30-11:30 Uhr
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	Jumping Fitness Weekend Special Halle 5
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	
18:00-19:00 Uhr Body Fusion Jugendraum		17:30-18:30 Uhr Herzsport Halle 3			



19:00-20:00 Uhr

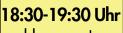
**FaszienFit** 

**GOS** 

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

Schnuppertraining ist bis zu 3x ohne Mitgliedschaft möglich.

Premiumsponsor



18:00-19:00 Uhr

**Jumping** 

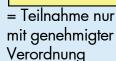
Fitness Halle 5

Herzsport Halle 3

19:00-20:00 Uhr

Comtemporary Pilates Jugendraum

20:00-21:00 Uhr Schwangerschafts Sport Halle 5









# **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 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