

HEIDELBERGER MINI BALLSCHULE

ENTDECKE NEUE SUPERKRÄFTE

Lasst euer Kind spielerisch und mit viel Spaß die Welt des Ballsports entdecken. In unserer Mini Ballschule lernen Kinder von ca. 3-5 Jahren spielerisch verschiedene Ballsportarten kennen. Durch altersgerechte Übungen und Spiele fördern wir die motorische (Früh-)Entwicklung, Koordination und Teamfähigkeit Ihres Kindes. Mit oder ohne Begleitung der Eltern möglich.

Fr.: 16-17 Uhr & 17-18 Uhr * SKV Halle
Mitglieder: 50€ / Kalenderjahr

Anprechpartner: Britta Zumdick
britta@skv-buedesheim.de



Infos Ball-
schule



FLÜGEL-KURS

FABELHAFTE BABY-MOMENTE

Erlebe eine wertvolle Zeit mit deinem Baby in einem liebevoll gestalteten Kurs, der euch beide stärkt. Unser FLÜGEL-Kurs begleitet euch durch das aufregende erste Lebensjahr. In einer entspannten Atmosphäre hast du Zeit für dich und dein Baby: Genieße unvergessliche Momente in einer kleinen, vertrauten Gruppe. Erhalte Unterstützung von der erfahrenen Kursleiterin und tausche dich mit anderen Eltern aus. Fördere die Entwicklung deines Babys mit altersgerechten Aktivitäten und Anregungen. Schenke dir und deinem Baby wertvolle Zeit.

Mi.: 10:30-11:30 Uhr * SKV Halle
10 Termine 04.09.-30.10.2024
Mitglieder 50€

Anprechpartner: Britta Zumdick
britta@skv-buedesheim.de



Infos Flü-
gelkurs



Sport- und Kulturverein Büdesheim e.V.

PROGRAMM-SPECIALS
TURNEN

HERBST / WINTER



Homepage
Turnen

Impressum:
SKV Büdesheim e.V.
Vilbeler Straße 46
61137 Schöneck
Verantwortlich: Lutz Edel (1. Vorsitzender)

JUMPING

JUMP DICH FIT!

Unser Angebot an dich:

Powerjump - eine Stunde hoher Kalorienverbrauch durch schnelle, intensive Hüpfbewegungen, anstrengende Bauch-, Beine-, Po und Armkraftübungen für den Muskelaufbau. Natürlich mit kurzen Trinkpausen - sportlicher Anspruch: hoch!

Softjump - Spaß an Bewegung in der Gruppe bei mitreißender Musik, Kraftübungen aus Pilates / Yoga und einem Entspannungs-Dehnungsteil.

Teensjump - für 10-15 Jahre, altersgerechtes, anstrengendes Hüpftraining mit Bespaßung, nach 45 Minuten sind die Teens garantiert ausgepowert.

Fr.: 18:15-19:00 Uhr (Teens) * SKV Halle

Fr.: 19:15-20:15 Uhr (Soft) * SKV Halle

Sa.: 9-10 Uhr (Power) * SKV Halle

ab dem 13.09. - 10er Karte:

Mitglieder 50€ (30€ Teens), Gäste 89€ (59€ T.)

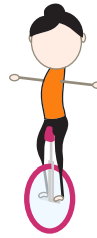


Infos
Jumping

Ansprechpartner:
Manuela (Ella) Pracht
Tel.: 0163 601 3326

EINRAD FÜR ANFÄNGER

HABT IHR EINE GUTE BALANCE?



Habt ihr eine gute Balance? Dann probiert das mal auf dem Einrad aus. Als Anfänger lernt ihr das klassische Einradfahren, so dass ihr ohne Hilfe frei durch die Halle fahren könnt. Das nächste Ziel ist das freie Auf- und Absteigen und dann kommt.... lasst euch überraschen! Unsere Fortgeschrittenen machen auch Aufführungen und starten bei Wettkämpfen!

Mitzubringen sind ein sauberes Einrad und Hallenturnschuhe. Wer noch kein Einrad besitzt, meldet sich bitte vorher, wir haben auch Einräder zum Ausprobieren und Verleihen.

Mo.: 16-17 Uhr * Turnhalle Sterntalerschule

10 Termine 02.09.-11.11.2024

Mitglieder 25€, Gäste 35€

Anprechpartner: Petra Janßen

Tel.: 06187 7622



Infos
Einrad

ZUMBA® TONING

TOLLE ANGEBOTE VOR ORT

Zumba® Toning ist perfekt für diejenigen, die Wert auf Kräftigung und Muskeldefinition legen in Verbindung mit Tanz und toller rhythmischer Musik. Durch das Hinzufügen von Widerstand bei der Verwendung von Zumba® Toning Sticks (oder leichten Gewichten) konzentriert man sich auf bestimmte Muskelgruppen. Die Toning Sticks unterstützen das Rhythmusgefühl und die Koordination.

Do.: 19-20 Uhr * Erich-Simdorn-H. Kilianstädten

Sa.: 10-11 Uhr * Nidderhalle Oberdorfelden

10 Einheiten: Mitglieder 30€, Gäste 45€

Petra Schmidt

Tel.: 0151 12488679



Infos
Fitness

Kontakt SKV Budesheim

📍 Vilbeler Straße 46, 61137 Schöneck

✉ info@skv-buedesheim.de

🏠 https://skv-buedesheim-turnen.de

