Kinderturnen (Grundschulalter)

Förderung der Koordination und Kondition mit Spielen, Groß- und Kleingeräten. Hinführung zur Leichtathletik

Termin: **1. und 2. Klasse**
Donnerstags, **16.00 – 17.00 Uhr**
3. und 4. Klasse
Donnerstags, **17.00 - 18.00 Uhr**
ab 17. September 2015
Ort: Mehrzweckhalle Asch
Übungsleiterin: Claudia Schlumpberger
Tel.07344 3146

Volleyball für Frauen und Männer

Im Herbst, Winter und im Frühjahr spielen wir in der Halle, im Sommer Beach-Volleyball

Termin: Jeden **1. und 3. Freitag** im Monat
18.00-20.00 Uhr
ab 18. September 2015
Ort: Mehrzweckhalle Asch
Ansprechpartner: Jürgen Schlumpberger
Tel. 07344 3146

Jugendfußball

Für Mädchen und Jungs in allen Altersklassen wird Fußballtraining angeboten.

Jugendleiter: Thomas Kirsamer Tel. 07344 3710
Info: www.fv-asch-sonderbuch.de

Vorstandschaft

Vereinsanschrift:
Karin Kneer Tel.07344 921069
Herrlinger Str.6/1
89143 Blaubeuren-Asch
Schriftführerin, Unfallmeldungen

Karlheinz Mann Tel. 07344 917441
Finanzen, Mitgliederverwaltung, Versicherungen

Kurt Folcz Tel. 07344 8954
Rudolf Scheck Tel. 07344 91793
Öffentlichkeitsarbeit, Technische Bereiche

Pluspunkt Gesundheit:
Kurse, die mit dem Pluspunkt ausgezeichnet sind können von den Krankenkassen erstattet werden. Erkundigen Sie sich bitte bei Ihrer Krankenkasse.

fit UND gesund
GEMEINSAM IM VEREIN

Badischer Turner-Bund e.V. STB AOK

Gesundheitskurse 2015 / 2016

FV ASCH 1921 e.V.
Blaubeuren Asch

Pluspunkt Gesundheit. DTB

GYMWELT
GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN

Gesundheitssportkurse 2015 / 2016

Info und Anmeldung:
Martina Hippich
Tel.: 07344 8575

Hinweise zu unseren Kursen:

Bei allen Kursen ist ein kostenloses Schnuppertraining am ersten Kurstag möglich. Bitte melden Sie sich auch dafür bei uns an.
Die Kursgebühr entnehmen sie bitte der jeweiligen Kursbeschreibung.
Unser Vereinsbeitrag beläuft sich jährlich für Erwachsene auf 35,-- €, ermäßigt 25,--€
Jugendbeitrag 18,-- € und der Familienbeitrag 68,-- €

Kursangebote für Vereinsmitglieder

Rücken-Fit Kurs 1

Gezielte Kräftigungsübungen zur Stärkung des Rückens, Koordinationsschulung, Dehn- und Entspannungsübungen

Beginn:	**17. September 2015**
Termin:	Donnertags, **17.45 - 18.45 Uhr**
Kursdauer:	10 Abende
Kursgebühr:	35,-- €
Ort:	Sportheim Asch, Obergeschoss
Kursleiterin:	Martina Hippich, ÜL P-Lizenz

Rücken-Fit Kurs 2

Beginn:	**17. September 2015**
Termin:	Donnerstags, **19.00 - 20.00 Uhr**
Kursdauer:	10 Abende
Kursgebühr:	35,--€
Ort:	Sportheim Asch, Obergeschoss
Kursleiterin:	Martina Hippich, ÜL P-Lizenz

Rücken-Fit Kurs 3

Beginn:	**17. September 2015**
Termin:	Donnerstags, **20.15 - 21.15 Uhr**
Kursdauer:	10 Abende
Kursgebühr:	35,--€
Ort:	Sportheim Asch, Obergeschoss
Kursleiterin:	Martina Hippich, ÜL P-Lizenz

Aerobic am Morgen

Buntes Fitnessprogramm rund um Aerobic und Stepp-Aerobic

Termin:	Montags, **8.00 – 9.00 Uhr**
Kursdauer:	10 Vormittage
Kursgebühr:	30,--€
Ort:	Sportheim Asch, Obergeschoss
Kursleiterin:	Monika Wiedmann , ÜL Aerobic Tel.07344 21550
Beginn:	Siehe Mitteilungsblatt

Weitere Angebote für Vereinsmitglieder

Erwachsene

Damengymnastik 1

Ein bunter Mix aus Gymnastik, Ausdauer- und Koordinationsschulung, Entspannungsübungen sowie großen und kleinen Spielen.

Termin:	Montags, **19.30 – 20.30 Uhr,** **ab 14. September 2015**
Ort:	Mehrzweckhalle Asch
Übungsleiterin:	Martina Hippich, ÜL P-Lizenz Tel. 07344 8575

Damengymnastik 2

Für alle Frauen ab 60 die fit und beweglich bleiben wollen.

Termin:	Montags, **20.30 – 21.30 Uhr** **ab 14. September 2015**
Ort:	Mehrzweckhalle Asch
Übungsleiterin:	Johanna Thiery, Tel. 07344 6703

Fitnessgruppe

Für alle die sich mit Gymnastik, Konditionstraining, Bewegungs- und Ballspielen fit halten wollen.

Termin:	Mittwochs, **20.00 – 21.00 Uhr** **ab 16. September 2015**
Ort:	Mehrzweckhalle Asch
Info:	Heidi Kirsamer Tel. 07344 3710
Übungsleiterin:	Petra Breitinger Tel.07344 924121

„Jeder-Männer“

Für Männer ab 30, welche Spaß an Bewegung, Ballspielen und gemeinsamen Aktivitäten haben.

Termin:	Freitags, **20.00 – 22.00 Uhr** **ab 18.September 2015**
Ort:	Mehrzweckhalle Asch
Übungsleiter:	Arthur Fahrner Tel. 07344 4576 Karl Kröner Tel. 07344 4859

Für Kinder und Jugendliche

Spielkreis (Vorbereitung auf den Kindergarten)

Bewegungs- und Fingerspiele, Singen, gemeinsames Vespern zum gegenseitigen Kennen lernen

Termin:	Donnerstags, **9.30 – 11.00 Uhr**
Ort:	Sportheim Asch, Obergeschoss
Anmeldung:	Sabine Anhorn Tel. 07344 924534

Eltern - Kind - Turnen

Für Kinder von 2-4 Jahre

Vielseitige Bewegungserlebnisse in Spiellandschaften mit Groß- und Kleingeräten

Termin:	Montags, **15.30 – 16.30 Uhr** **ab 14. September 2015**
Ort:	Mehrzweckhalle Asch
Übungsleiterinnen:	Irene Häussler, Tel.07344 917737

Vorschulturnen

Für Kinder von 4 – 6 Jahre

Turnstunde mit Spielen, Gerätelandschaften und Turnen mit Handgeräten

Termin:	Montags, **16.30 – 18.00 Uhr** **ab 21.September 2015**
Ort:	Mehrzweckhalle Asch
Übungsleiterinnen:	Diana Danetzki Tel.07344 929966 Heike Mann