



KURSE

April-Juni 2018

Wir freuen uns, Ihnen auch im April ein umfangreiches Kursprogramm anbieten zu können. Die Anmeldung ist ab dem 12.03.2018 online unter www.sgstern-stuttgart.de möglich.



Pressmaster/Shutterstock.com



Gefördert von Mercedes-Benz



HERZLICH WILLKOMMEN!

Wir freuen uns, Ihnen auch in diesem Quartal wieder ein umfangreiches Kursprogramm anbieten zu können.

Unser Kursprogramm findet vier Mal jährlich in den Zeiträumen Januar bis März, April bis Juni, Juli bis September und Oktober bis Dezember statt. Pro Kursstaffel werden Kurse aus Bereichen wie Sport/Fitness, Rückentraining, Entspannung und Ernährung angeboten. Nähere Informationen zu den Inhalten/Zeiten der Kurse erhalten Sie auf unserer Homepage unter www.sgstern-stuttgart.de.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß!

Sind Sie auch schon 100 PRO AKTIV?

Leben Sie gesund? Treiben Sie Sport? Gehen Sie zur Vorsorge?
Das lohnt sich für Sie und Ihre Familie. Jetzt bei unserem **Bonusprogramm 100 PRO AKTIV** mitmachen und bis zu 100 € bekommen.

Weitere Informationen unter www.daimler-bkk.com

DaimlerBKK

SPARTE „FIT & RELAXED“

Die Sparte „Fit & Relaxed“ gibt unseren Kursteilnehmern, die Mitglied in der SG Stern Stuttgart sein und regelmäßig an Sport- und Gesundheitskursen, Workshops, uvm. teilnehmen möchten, ein „Zuhause“.

Ihre Vorteile:

- 10% Ermäßigung auf alle Kursgebühren
- Mitgestalten des Kursprogrammes
- Exklusive Workshops
- Exklusive Schnuppertrainings

AQUAJOGGING *

Kosten: 140,00 € | 12.04.-05.07.2018, 10 x donnerstags, 19.00 Uhr
Ort: Merkel'sches Schwimmbad, Mühlstraße 6, 73728 Esslingen

PRÄVENTION

BAUCH BEINE PO I

Kosten: 76,00 € | 09.04.-18.06.2018, 10 x montags, 17.00 Uhr
Ort: SpOrt Stuttgart, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart

FITNESS

BAUCH BEINE PO II

Kosten: 76,00 € | 11.04.-13.06.2018, 10 x mittwochs, 19.00 Uhr
Ort: SpOrt Stuttgart, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart

FITNESS

BAUCHKILLER

Kosten: 76,00 € | 11.04.-13.06.2018, 10 x mittwochs, 17.00 Uhr
Ort: SpOrt Stuttgart, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart

FITNESS

BODY-CIRCLE I

Kosten: 7,50 € | 04.04.2018, 01 x mittwochs, 20.00 Uhr
Ort: SpOrt Stuttgart, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart

SCHNUPPERKURS

BODY-CIRCLE II

Kosten: 76,00 € | 11.04.-13.06.2018, 10 x mittwochs, 20.00 Uhr
Ort: SpOrt Stuttgart, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart

FITNESS

BOGENSCHIESSEN

Kosten: 85,00 € | 13.04.-11.05.2018, 05 x freitags, 17.30 Uhr
Ort: Eberhard-Bauer-Stadion, Weilstr. 199, 73733 Esslingen

SPARTENKURS

BOULDERN

Kosten: 20,00 € | 11.04.-18.04.2018, 02 x mittwochs, 18.00 Uhr
Ort: Café Kraft GmbH, Handwerkstr. 21, 70565 Stuttgart

SCHNUPPERKURS

CYCLING POWER

Kosten: 76,00 € | 12.04.-05.07.2018, 10 x donnerstags, 20.15 Uhr
Ort: SpOrt Stuttgart, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart

FITNESS

DEEP WORK I

Kosten: 7,50 € | 05.04.2018, 01 x donnerstags, 20.00 Uhr
Ort: SpOrt Stuttgart, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart

SCHNUPPERKURS

DEEP WORK II

Kosten: 76,00 € | 12.04.-28.06.2018, 10 x donnerstags, 20.00 Uhr
Ort: SpOrt Stuttgart, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart

FITNESS

FASZIENTRAINING

Kosten: 76,00 € | 09.04.-18.06.2018, 10 x montags, 20.00 Uhr
Ort: SpOrt Stuttgart, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart

FITNESS

FITNESS EXTREM

Kosten: 76,00 € | 11.04.-13.06.2018, 10 x mittwochs, 18.00 Uhr
Ort: SpOrt Stuttgart, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart

FITNESS

FITNESSGYMNASTIK *

Kosten: 76,00 € | 09.04.-18.06.2018, 10 x montags, 18.00 Uhr
Ort: SpOrt Stuttgart, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart

PRÄVENTION

FUNCTIONAL AGING *

Kosten: 76,00 € | 10.04.-19.06.2018, 10 x dienstags, 10.30 Uhr
Ort: SG Stern aktiv, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart

PRÄVENTION

FUNCTIONAL HIT

Kosten: 76,00 € | 09.04.-18.06.2018, 10 x montags, 18.00 Uhr
Ort: SpOrt Stuttgart, Fritz-Walter-Weg, 70372 Stuttgart (Outdoor)

FITNESS

FUNCTIONAL TRAINING VITAL I * Kosten: 60,80 € 18.04.-06.06.2018, 08 x mittwochs, 19.30 Uhr Ort: SG Stern aktiv, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart	PRÄVENTION
FUNCTIONAL TRAINING VITAL II * Kosten: 60,80 € 12.04.-14.06.2018, 08 x donnerstags, 06.45 Uhr Ort: SG Stern aktiv, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart	PRÄVENTION
FUNKTIONELLE FITNESS * Kosten: 76,00 € 11.04.-13.06.2018, 10 x mittwochs, 19.45 Uhr Ort: VfL Stuttgart, Benzstr. 155, 70372 Stuttgart	PRÄVENTION
GANZKÖRPERTR. – BODYSTYLING * Kosten: 76,00 € 11.04.-13.06.2018, 10 x mittwochs, 18.45 Uhr Ort: VfL Stuttgart, Benzstr. 155, 70372 Stuttgart	PRÄVENTION
GEHIRNFITNESS I Kosten: 7,50 € 05.04.2018, 01 x donnerstags, 17.00 Uhr Ort: SG Stern aktiv, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart	SCHNUPPERKURS
GEHIRNFITNESS II Kosten: 30,40 € 12.04.-03.05.2018, 04 x donnerstags, 17.00 Uhr Ort: SG Stern aktiv, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart	FITNESS
HOT IRON ® Kosten: 7,50 € 05.04.2018, 01 x donnerstags, 17.00 Uhr Ort: SpOrt Stuttgart, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart	SCHNUPPERKURS
HOT IRON ® I Kosten: 76,00 € 12.04.-05.07.2018, 10 x donnerstags, 17.00 Uhr Ort: SpOrt Stuttgart, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart	FITNESS

HOT IRON ® II Kosten: 76,00 € 10.04.-19.06.2018, 10 x dienstags, 17.00 Uhr Ort: SpOrt Stuttgart, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart	FITNESS
MOUNTAINBIKE – BASIC I Kosten: 35,00 € 08.05.2018, 01 x dienstags, 17.00 Uhr Ort: Wanderparkplatz Egelseer Heide, 70372 Stuttgart-Rotenberg	SPARTENKURS
MOUNTAINBIKE – AUFBAUKURS II Kosten: 35,00 € 26.06.2018, 01 x dienstags, 17.00 Uhr Ort: Wanderparkplatz Egelseer Heide, 70372 Stuttgart-Rotenberg	SPARTENKURS
MOUNTAINBIKE – E-BIKE BASIC I Kosten: 35,00 € 22.05.2018, 01 x dienstags, 17.00 Uhr Ort: Wanderparkplatz Egelseer Heide, 70372 Stuttgart-Rotenberg	SPARTENKURS
MOUNTAINBIKE – E-BIKE AUFB. II Kosten: 35,00 € 17.07.2018, 01 x dienstags, 17.00 Uhr Ort: Wanderparkplatz Egelseer Heide, 70372 Stuttgart-Rotenberg	SPARTENKURS
MUSKELRELAXATION Kosten: 22,50 € 13.04.-27.04.2018, 03 x freitags, 17.00 Uhr Ort: SpOrt Stuttgart, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart	ENTSPANNUNG
PILATES I * Kosten: 76,00 € 09.04.-18.06.2018, 10 x montags, 17.00 Uhr Ort: VfL Stuttgart, Benzstr. 155 70372 Stuttgart	PRÄVENTION
PILATES II * Kosten: 76,00 € 09.04.-18.06.2018, 10 x montags, 18.00 Uhr Ort: VfL Stuttgart, Benzstr. 155 70372 Stuttgart	PRÄVENTION

PILOXING I

Kosten: 76,00 € | 12.04.-05.07.2018, 10 x donnerstags, 17.00 Uhr
Ort: VfL Stuttgart, Benzstr. 155, 70372 Stuttgart

FITNESS

PILOXING II

Kosten: 76,00 € | 12.04.-05.07.2018, 10 x donnerstags, 18.00 Uhr
Ort: VfL Stuttgart, Benzstr. 155, 70372 Stuttgart

FITNESS

QI GONG IM GRÜNEN I

Kosten: 7,50 € | 04.04.2018, 01 x mittwochs, 18.00 Uhr
Ort: Am Kursaal, 70372 Stuttgart-Bad Cannstatt

SCHNUPPERKURS

QI GONG IM GRÜNEN II

Kosten: 76,00 € | 11.04.-13.06.2018, 10 x mittwochs, 18.00 Uhr
Ort: Am Kursaal, Königspl. 1, 70372 Stuttgart-Bad Cannstatt

ENTSPANNUNG

RÜCKENFIT I *

Kosten: 76,00 € | 09.04.-18.06.2018, 10 x montags, 19.00 Uhr
Ort: SpOrt Stuttgart, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart

PRÄVENTION

RÜCKENFIT II *

Kosten: 76,00 € | 11.04.-13.06.2018, 10 x mittwochs, 17.00 Uhr
Ort: SpOrt Stuttgart, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart

PRÄVENTION

RÜCKENFIT III *

Kosten: 76,00 € | 11.04.-13.06.2018, 10 x mittwochs, 18.00 Uhr
Ort: SpOrt Stuttgart, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart

PRÄVENTION

RÜCKENFIT IV *

Kosten: 109,00 € | 13.04.-29.06.2018, 10 x freitags, 12.15 Uhr
Ort: Theaterhaus Stuttgart, Siemensstr. 11, 70467 Stuttgart

PRÄVENTION

SELF DEFENSE

Kosten: 120,00 € | 10.04.-19.06.2018, 10 x dienstags, 18.30 Uhr
Ort: SpOrt Stuttgart, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart

KURS

SLOW UP YOUR LIFE

Kosten: 22,50 € | 08.06.-22.06.2018, 03 x freitags, 17.00 Uhr
Ort: SpOrt Stuttgart, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart

ENTSPANNUNG

TAI CHI

Kosten: 109,00 € | 10.04.-19.06.2018, 10 x dienstags, 18.00 Uhr
Ort: Kunst-Turn-Forum, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart

ENTSPANNUNG

TENNIS – ANFÄNGER I

Kosten: 145,00 € | 07.05.-02.07.2018, 08 x montags, 18.00 Uhr
Ort: KV Untertürkheim, Im Dietbach 3, 70734 Fellbach

SPARTENKURS

TENNIS – ANFÄNGER II

Kosten: 145,00 € | 03.05.-05.07.2018, 08 x donnerstags, 18.00 Uhr
Ort: KV Untertürkheim, Im Dietbach 3, 70734 Fellbach

SPARTENKURS

TENNIS – ANFÄNGER III

Kosten: 145,00 € | 03.05.-05.07.2018, 08 x donnerstags, 19.00 Uhr
Ort: KV Untertürkheim, Im Dietbach 3, 70734 Fellbach

SPARTENKURS

TENNIS – FORTGESCHRITTEN I

Kosten: 145,00 € | 07.05.-02.07.2018, 08 x montags, 19.00 Uhr
Ort: KV Untertürkheim, Im Dietbach 3, 70734 Fellbach

SPARTENKURS

TENNIS – FORTGESCHRITTEN II

Kosten: 145,00 € | 07.05.-02.07.2018, 08 x montags, 20.00 Uhr
Ort: KV Untertürkheim, Im Dietbach 3, 70734 Fellbach

SPARTENKURS

TENNIS – FORTGESCHRITTEN III

Kosten: 145,00 € | 03.05.-05.07.2018, 08 x donnerstags, 20.00 Uhr
Ort: KV Untertürkheim, Im Dietbach 3, 70734 Fellbach

SPARTENKURS

YOGA I *

Kosten: 109,00 € | 11.04.-13.06.2018, 10 x mittwochs, 11.45 Uhr
Ort: Theaterhaus Stuttgart, Siemensstr. 11, 70467 Stuttgart

PRÄVENTION

YOGA II *

Kosten: 109,00 € | 11.04.-13.06.2018, 10 x mittwochs, 13.00 Uhr
Ort: Theaterhaus Stuttgart, Siemensstr. 11, 70467 Stuttgart

PRÄVENTION

YOGA III *

Kosten: 76,00 € | 11.04.-13.06.2018, 10 x mittwochs, 20.00 Uhr
Ort: SpOrt Stuttgart, Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart

PRÄVENTION

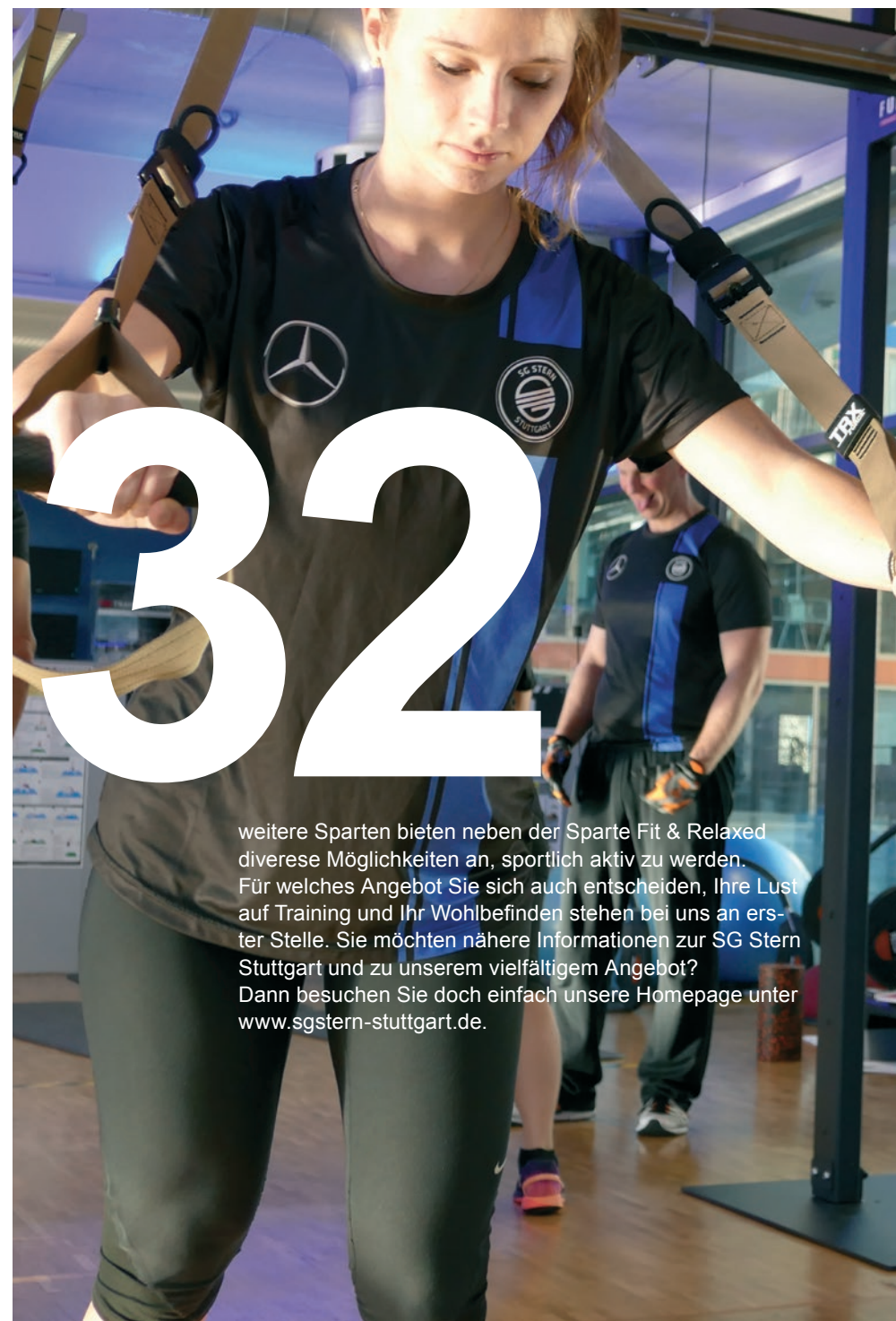
ZUMBA®

Kosten: 76,00 € | 09.04.-18.06.2018, 10 x montags, 19.00 Uhr
Ort: VfL Stuttgart, Benzstr. 155, 70372 Stuttgart

FITNESS

* Krankenkassen erstatten bis zu zwei Präventionskurse pro Jahr bis zu 90% der Gebühren zurück. Voraussetzung ist eine 80%ige Teilnahme am Kurs.

PRÄVENTION



weitere Sparten bieten neben der Sparte Fit & Relaxed diverse Möglichkeiten an, sportlich aktiv zu werden. Für welches Angebot Sie sich auch entscheiden, Ihre Lust auf Training und Ihr Wohlbefinden stehen bei uns an erster Stelle. Sie möchten nähere Informationen zur SG Stern Stuttgart und zu unserem vielfältigem Angebot? Dann besuchen Sie doch einfach unsere Homepage unter www.sgstern-stuttgart.de.

SG Stern Stuttgart

Fritz-Walter-Weg 19
70372 Stuttgart

Telefon: 0711 17-20994

Fax: 0711 17-50042

Mail: kurse@sgstern-stuttgart.de

www.sgstern-stuttgart.de