

# TRAININGSZEITEN

---



## Gesundheitssport

Kontakt: Geschäftsstelle  
[info@skg-gablenberg.de](mailto:info@skg-gablenberg.de); 0711 4687823

|                                   |                       |            |                  |
|-----------------------------------|-----------------------|------------|------------------|
| Fit in den Morgen, Fazientraining | Albert-Gemmrig-Halle  | Montag     | 09:00- 10:00 Uhr |
| Fitnessgymnastik                  | Albert-Gemmrig-Halle  | Montag     | 10:00- 11:00 Uhr |
| Fitnessgymnastik Senioren         | Albert-Gemmrig-Halle  | Montag     | 11:00- 12:00Uhr  |
| Seniorengymnastik                 | Albert-Gemmrig-Halle  | Donnerstag | 15:30- 16:30 Uhr |
| Rückengymnastik                   | Albert-Gemmrig-Halle  | Montag     | 16:30- 17:30 Uhr |
| Pilates                           | Albert-Gemmrig-Halle  | Montag     | 17:45- 18:45 Uhr |
| Pilates                           | Halle Wagenburg Gymn. | Montag     | 19:15- 20:15 Uhr |



## REHA-Sport\*

Kontakt: Geschäftsstelle  
[info@skg-gablenberg.de](mailto:info@skg-gablenberg.de); 0711 4687823

|                      |                      |            |                  |
|----------------------|----------------------|------------|------------------|
| Reha-Sport-Ortopädie | Albert-Gemmrig-Halle | Montag     | 12:00- 12:55 Uhr |
| Reha-Sport-Ortopädie | Albert-Gemmrig-Halle | Dienstag   | 15:00- 15:55 Uhr |
| Reha-Sport-Ortopädie | Albert-Gemmrig-Halle | Dienstag   | 16:00- 16:55 Uhr |
| Reha-Sport-Ortopädie | Albert-Gemmrig-Halle | Dienstag   | 17:00-17:55 Uhr  |
| Reha-Sport-Ortopädie | Albert-Gemmrig-Halle | Donnerstag | 16:30- 17:25 Uhr |
| Reha-Sport Herz      | Albert-Gemmrig-Halle | Mittwoch   | 17:00- 18:00 Uhr |
| Reha-Sport Herz      | Albert-Gemmrig-Halle | Mittwoch   | 18:00- 19:00 Uhr |
| Reha-Sport Herz      | Albert-Gemmrig-Halle | Donnerstag | 10:00- 11:00 Uhr |
| Reha-Sport Herz      | Albert-Gemmrig-Halle | Donnerstag | 11:00- 12:00 Uhr |

\* Die Teilnahme am Reha-Sport ist nur mit einer vom behandelnden Arzt ausgestellten Verordnung und Genehmigung Ihrer Krankenkasse möglich! Anmeldung ist erwünscht.



## Yoga

Kontakt: Geschäftsstelle  
[info@skg-gablenberg.de](mailto:info@skg-gablenberg.de); 0711 4687823

|                      |          |                  |
|----------------------|----------|------------------|
| Albert-Gemmrig-Halle | Dienstag | 18:00- 19:00 Uhr |
|----------------------|----------|------------------|



## Jedermann-Gymnastik

Kontakt: Hans-Peter Seiler  
[info@skg-gablenberg.de](mailto:info@skg-gablenberg.de); 0711 4687823

|                        |                      |          |                  |
|------------------------|----------------------|----------|------------------|
| Gymnastik              | Albert-Gemmrig-Halle | Mittwoch | 19:00- 20:00 Uhr |
| Gymnastik              | Albert-Gemmrig-Halle | Mittwoch | 20:00- 21:00 Uhr |
| Full Body Workout      | Schule Gablenberg    | Montag   | 19:00- 20:00 Uhr |
| Funktionelle Gymnastik | Schule Gablenberg    | Mittwoch | 17.30- 18:30 Uhr |



### Wandern und Skilauf

Kontakt: Hartwig Schnabel  
[0711 463906](tel:0711463906)

Ausflüge bitte bei Fam. Schnabel erfragen



### Tischtennis

Kontakt: Gerhard Böckeler  
[g\\_boeckeler@gmx.de](mailto:g_boeckeler@gmx.de)

|                      |            |                  |
|----------------------|------------|------------------|
| Albert-Gemmrig-Halle | Dienstag   | 19:00- 22:00 Uhr |
| Albert-Gemmrig-Halle | Donnerstag | 18:00- 22:00 Uhr |
| Albert-Gemmrig-Halle | Freitag    | 18:30- 22:00 Uhr |



### Volleyball

Kontakt: Mischa Zieger  
<mailto:>

Winter

Fortgeschrittene  
Aufsteiger  
Freies Spiel

|                  |          |                  |
|------------------|----------|------------------|
| Fuchsrain Schule | Montag   | 19:30- 21:45 Uhr |
| Fuchsrain Schule | Mittwoch | 18:45- 20:15 Uhr |
| Fuchsrain Schule | Mittwoch | 20:15- 21:45 Uhr |

Sommer  
(trocken/warm)

Fortgeschrittene  
alle  
alle

|                    |          |                   |
|--------------------|----------|-------------------|
| Beachfelder Waldau | Montag   | 17:00- 18:30 Uhr  |
| Beachfelder Waldau | Montag   | 18:30 - Dämmerung |
| Beachfelder Waldau | Mittwoch | 17:00 - Dämmerung |

Sommer  
(nass/kalt)

Freies Spiel

|                  |          |                  |
|------------------|----------|------------------|
| Fuchsrain Schule | Mittwoch | 18:45- 21:45 Uhr |
|------------------|----------|------------------|



### Karate

Kontakt: Roman Kalbacher  
[romankalbacher@live.de](mailto:romankalbacher@live.de)  
0711 467608; 0172 6093160

Margarita Garrido  
[margarita.garrido@online.de](mailto:margarita.garrido@online.de)  
0151 42349483

Minis  
Kinder  
Kinder  
Erwachsene  
Erwachsene

|                  |            |                  |
|------------------|------------|------------------|
| Fuchsrain Schule | Montag     | 17:15 -18:00 Uhr |
| Fuchsrain Schule | Montag     | 18:00- 19:00 Uhr |
| Fuchsrain Schule | Donnerstag | 18:00- 19:00 Uhr |
| Fuchsrain Schule | Dienstag   | 20:00- 21:30 Uhr |
| Fuchsrain Schule | Donnerstag | 19:00- 20:30 Uhr |



### Theater

Kontakt: Matthias Roth  
[m.roth@bauer-gebaudereinigung.de](mailto:m.roth@bauer-gebaudereinigung.de)

0151-20771515

|                      |        |                  |
|----------------------|--------|------------------|
| Albert-Gemmrig-Halle | Montag | 19:00- 22:00 Uhr |
|----------------------|--------|------------------|



### SKG Motobike

Kontakt: André Plümer  
[a.pluemmer@t-online.de](mailto:a.pluemmer@t-online.de)

Stammtisch  
Standartausfahrten (März-Oktober)

|                       |                 |           |
|-----------------------|-----------------|-----------|
| Info auf SKG-Homepage | 1. Fr. im Monat | 19:00 Uhr |
|-----------------------|-----------------|-----------|

|                       |                |  |
|-----------------------|----------------|--|
| Info auf SKG-Homepage | 3. So im Monat |  |
|-----------------------|----------------|--|



## Handball

Kontakt: HSG Gaga  
[info@hsg-gaga.de](mailto:info@hsg-gaga.de)

|                        |                            |            |                  |
|------------------------|----------------------------|------------|------------------|
| 1. Männermannschaft    | Zeppelin-Halle             | Dienstag   | 20:00- 22:00 Uhr |
|                        | Zeppelin-Halle             | Donnerstag | 20:15- 22:00 Uhr |
| 1. Frauenmannschaft    | Zeppelin-Halle             | Montag     | 20:00- 22:00 Uhr |
|                        | Flatow                     | Mittwoch   | 20:15- 22:00 Uhr |
| B - Jugend weiblich    | Trainingszeit EK Stuttgart | Dienstag   | 17:15- 18:45 Uhr |
|                        | Zeppelin-Halle             | Donnerstag | 18:45- 20:15 Uhr |
| C - Jugend weiblich    | Zeppelin-Halle             | Montag     | 18:45- 20:15 Uhr |
|                        | Zeppelin-Halle             | Mittwoch   | 18:30- 20:00 Uhr |
| C - Jugend männlich    | Zeppelin-Halle             | Dienstag   | 17:30- 19:00 Uhr |
|                        | Berger Schule              | Donnerstag | 18:45- 20:15 Uhr |
| D - Jugend weiblich    | Zeppelin-Halle             | Montag     | 17:30- 19:00 Uhr |
|                        | Zeppelin-Halle             | Mittwoch   | 18:00- 19:30 Uhr |
| D-Jugend männlich      | Zeppelin-Halle             | Dienstag   | 17:30- 19:00 Uhr |
|                        | Berger Schule              | Donnerstag | 17:15-18:45 Uhr  |
| E - Jugend weiblich    | Zeppelin-Halle             | Montag     | 17:30- 19:00 Uhr |
| E- Jugend männlich (1) | Zeppelin-Halle             | Mittwoch   | 17:30- 19:00 Uhr |
| E- Jugend männlich (2) | Fuchsrain                  | Freitag    | 18:30- 20:00 Uhr |
| F- Jugend (1)          | Fuchsrain                  | Dienstag   | 17:15- 18:45 Uhr |
| F- Jugend (2)          | Zeppelin-Halle             | Donnerstag | 17:30- 18:45 Uhr |
| Minis                  | Fuchsrain                  | Freitag    | 17:15- 18:30 Uhr |



## Kinder- und Jugendturnen

Kontakt: Geschäftsstelle  
[info@skg-gablenberg.de](mailto:info@skg-gablenberg.de); 0711 4687823

|                    |                      |         |                  |
|--------------------|----------------------|---------|------------------|
| Kinderturnen       | Albert-Gemmrig-Halle | Freitag | 16:20- 17:20 Uhr |
| Mutter-Kind-Turnen | Albert-Gemmrig-Halle | Freitag | 17:30- 18:30 Uhr |

Schnupperkurs nach Anmeldung über Kontakt möglich und vorab abzustimmen

In der Regel findet in den Schulferien kein Übungsbetrieb statt