



Die Turnabteilung der SKV Rutesheim bietet Ihnen ein innovatives und abwechslungsreiches Fitness-Kursangebot im Wasser (Schwimmhalle) und an Land (Festhalle).

Hier sind Sie richtig

- wenn Sie etwas für Ihre Fitness und Ihr Herz-Kreislauf-System tun möchten
- wenn Sie Ihre Muskulatur kräftigen, möchten
- wenn Sie Abwechslung lieben
- wenn Sie schauen möchten, was für Sie das Richtige ist

und vieles mehr.

Wir haben für jede Kursstunde einen passend ausgebildeten Übungsleiter, die alle viel Erfahrung mitbringen.

Kursstart ist am: **20.09.2025**

Termine für die „Land“ Stunden:

Immer dienstags von 19:00 – 20:00 Uhr in der Festhalle in Rutesheim

30.09./07.10./14.10./21.10./Ferien/04.11./11.11./25.11./02.12./16.12.

Aerobic, Zirkeltraining, Stretching, Ganzkörper-Workout, Yoga und Fit Mix mit Fokus Beckenboden

Termine für die „Wasser“-Stunden:

Immer samstags von 19:30 – 20:30 Uhr in der Schwimmhalle Rutesheim

20.09./27.09./22.11./13.12

AquaMix, AquaZirkel,

Eure Kursleiter Conny, Fabienne, Heidi, Laura, Mona, Nadine und Sarah

Anmeldung über unsere Geschäftsstelle/Homepage:

SKV Rutesheim 1945 e.V. • Geschäftsstelle • Robert-Bosch-Straße 55 • 71277 Rutesheim
Telefon & Fax: 07152 / 58111 • E-Mail: post@skv-rutesheim.de • www.skv-rutesheim.de