

KURSPLAN

Stand 07.01.2026

SVK FIT
DEIN SPORTVEREINSZENTRUM

Montag

KursFit 1

Pilates Beginner

08:10 - 08:55
Verena Meier

Fitte Gymnastik 60+

09:00 - 09:55
10:05 - 11:00
Verena Meier

Stretch & Relax

11:15 - 11:45
Verena Meier



Sturzprophylaxe

15:45 - 16:30
Christine Dörre

Gymnastik für Frauen 70+

16:45 - 17:40
Christine Dörre

Pilates Fit

18:00 - 18:55
Gaby Ehrhardt

Zumba®

19:05 - 19:55
20:00 - 20:50
Viviane Schölzke

KursFit 2

Fit mit Baby*

09:30 - 10:30
Sabrina Kaindl

Beckenbodentraining für Frauen*

10:30 - 11:30
Sabrina Kaindl

Rückbildung / Beckenbodentraining*

11:30 - 12:30
Sabrina Kaindl



Indoor Cycling Flow

17:45 - 18:40
Jenny Zipfel

Funktionelles Faszien-/ Kettlebelltraining

19:00 - 19:55
Eli Bock

Dienstag

KursFit 1

Hatha Yoga 60+

09:00 - 09:55
10:10 - 11:05
11:20 - 12:15
Silke Hoffmann



Rehasport Onko*

17:00 - 17:45
Frauke Zipfel

Balance Swing

18:00 - 18:55
Frauke Zipfel

Line Dance Improver

19:05 - 20:00
Verena Meier

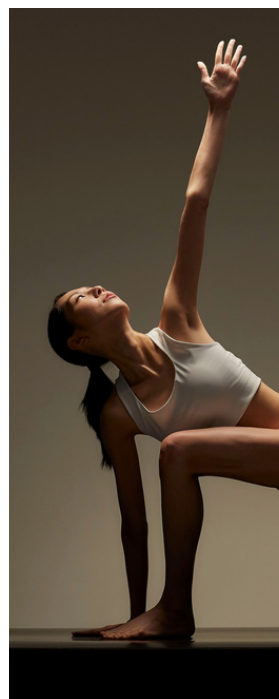
Line Dance Beginner +

20:05 - 21:00
Verena Meier

KursFit 2

Indoor Cycling Basics

10:00 - 10:55
Thomas Zipfel



Pilates Intense

17:45 - 18:40
Verena Meier

Vinyasa Yoga

19:00 - 19:55
Natalia Vershinina

Mittwoch

KursFit 1

Mit YOGA in den Tag

08:10 - 09:05
Ellen Trescher

YOGA Zeit für dich

09:15 - 10:10
Ellen Trescher



Athletic Pilates

17:30 - 18:25
Carla Petersen

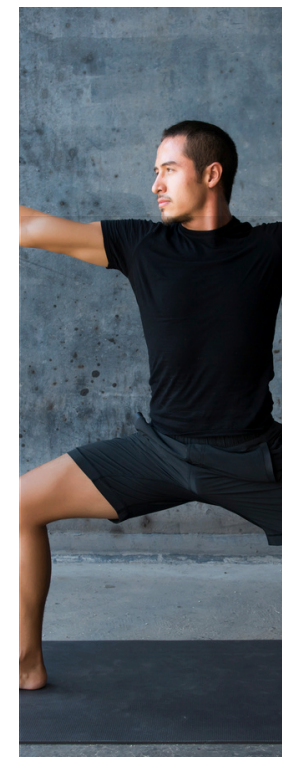
BANDAFit

18:30 - 19:25
Andrea Meki

Body Fit

19:30 - 20:25
Sonja Furrer

KursFit 2



Rehasport Ortho*

17:00 - 18:00
Michaela Kasper

Dynamic Vinyasa Yoga

18:05 - 19:00
Nicole Engesser

Men's Yoga

19:05 - 20:00
Nicole Engesser

KURSANMELDUNG



So
funktioniert's:

- Scan den QR-Code & lade die MySports App
- Registriere dich mit deiner E-Mail-Adresse
- SVKFIT auswählen & verknüpfen
- Wunschkurs aussuchen & selbstständig anmelden ✓



*Abrechnung erfolgt als krankenkassenzertifizierte Präventions- & Rehabilitationsmaßnahme. Bitte sprich uns an.

KURSPLAN

Stand 07.01.2026

SVKFIT
» DEIN SPORTVEREINSZENTRUM

Donnerstag

KursFit 1

Funktionelles Faszien-/ Kettlebelltraining

08:05 - 09:00
Eli Bock

Fitte Gelenke

09:05 - 10:00
Eli Bock

Fit & Bewegt

10:15 - 11:10
Verena Meier



Vitalgymnastik

17:00 - 17:55
18:00 - 18:55
Kirsten Gilbert

Deep Work

19:00 - 19:55
Christina Urban

KursFit 2

Pilates Starker Rücken

09:05 - 10:00
Verena Meier



Indoor Cycling Basics

19:30 - 20:30
Heike Becker-Wernet

Freitag

KursFit 1

BodyBalancePilates®

08:45 - 09:40
09:45 - 10:40
Carola Steiert

Fit ab 70

11:00 - 11:55
Gabriele Brender



KursFit 2

Fitness Power

08:30 - 09:25
Melanie Hug

Active Yoga Flow

09:35 - 10:30
Natalia Vershinina



ÖFFNUNGSZEITEN

Montag

08:00 - 13:00

14:30 - 21:30

Dienstag

08:00 - 21:30

Mittwoch

08:00 - 13:00

14:30 - 21:30

Donnerstag

08:00 - 13:00

14:30 - 21:30

Freitag

08:00 - 20:30

Samstag

10:00 - 17:00

Sonntag / Feiertag

10:00 - 15:00

**ZUM LIVE-
KURSPLAN**



SVKfit | Sportverein Kirchzarten e.V.

Oberrieder Straße 3
79199 Kirchzarten

☎ 07661 - 9081508

✉ svkfit@svk Kirchzarten.de

🌐 svkfit.de

FOLGT UNS:

📷 sportvereinkirchzarten

f svk Kirchzarten

📱 SVK App



*Abrechnung erfolgt als krankenkassenzertifizierte Präventions- & Rehabilitationsmaßnahme. Bitte sprich uns an.