



Sponsoren des SV Huchenfeld e.V.

Premium Partner



Elektro Mürle GmbH



RUDI SCHLAFER

Fliesen + Natursteine
Neue moderne Ausstattung
Mittlere Hohenberg 21 - 23
75188 Pforzheim-Huchenfeld
Telefon 072 31 / 703 84
Telefax 072 31 / 78 95 19



SIGMATRONIK

AUTOMATISIERUNGSTECHNIK • ELEKTROTECHNIK

IMMOBILIEN
HAUSVERWALTUNG
HEINRICH SCHNEIDER GmbH
75210 Kaltern-Dietlingen
Telefon: 07236 / 8471
www.hs-immo.de




iwant Olejnik
Titan & Technik GmbH

BAUGESCHÄFT
W. SCHULZ
75187 Pforzheim-Hu.
Telefon 0 78 31 / 7 04 09
• ROHBAU
• SCHLÜSSELBEREITER BAU
• BETONANLEGERUNG
• HAUSWALLERUNG
• SERVICE RUND UM SIE
...weil keine Baustelle verliert!
www.schulzbau.de



Exklusiv Partner



Sponsoring Partner



Sponsoren

- Elektro Günthner
- Wieschollek
- Hohmann Gartenbau
- Fahrschule Laaser
- Getränke Mitschele
- Engel Baustoffe
- Bäckerei Wiskandt
- Zimmerei Holzhauser
- Steinkrauss Gartenbau
- Lettershop Raible
- Getränke Deuschle
- Blickfang Maler
- Scharr Wärme
- Fahrschule Mikol
- Sparkasse Pforzheim
- Richard Staib Sanitär
- Waschpark Autokorrektur
- Büro + Technik Oetinger

Geballte Power für Fitness und Gesundheit



Unsere Trainer machen Euch fit! Neueste Technikgeräte in unserem neuen Outdoor Trainingspark erwarten Euch. Mit der modernen und hochwertigen Teambekleidung von **CRAFT Sports** bist Du bestens ausgestattet.

Bestelle Dein **CRAFT Sports** Outfit unter:
www.svhuchenfeld.de → Fanshop

Lass Dich an unserem **Kiosk** mit Snacks und Kaltgetränken verwöhnen!



Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag
17:30 bis 20:30 Uhr

Buche Deine Kurse ab dem **01.07.2021** direkt über **Eversports** auf unserer Homepage

www.svhuchenfeld.de



SVH-Mitglieder:

Bitte vorab Info an

active-sports@svhuchenfeld.de

zum Freischalten des Mitgliedertarifes



Sport im Verein macht Spaß!

Der **SV Huchenfeld** hält Dich fit. Nutze das tolle Sportprogramm in unserem **neuen Outdoor Trainingspark**.

Zum Kursprogramm:



Powered by DVE
Die VereinsExperten AG
www.die-vereinsexperten.de

Flyer Ausgabe 06/21



Active SPORTS

Halte Deinen Körper
fit und gesund!

Full Body Training
Fitness Boxing
Body Balance
Mountain Bike

Start am 01.07.2021

Kostenlose Schnupperkurse
vom 19.06. bis 30.06.2021

Unsere Fitness Kurse

Full Body Training

Mit unserem Full Body Training beanspruchst Du den gesamten Körper. Muskelaufbau, Ausdauer und Fettverbrennung werden gleichzeitig trainiert. Alle großen Muskelgruppen sowie kleinere Hilfsmuskeln werden durch gezielte Verbund- bzw. Grundübungen optimal trainiert. Die Übungen werden u.a. an TRX Geräten durchgeführt.

Termine: Montag, Dienstag & Donnerstag

17:00 Uhr – 18:00 Uhr und 18:00 Uhr – 19:00 Uhr

Fitness Boxing

Fitness Boxing steht für Kondition, Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit. Es macht Dich fit - in den Beinen und im Kopf. Du stärkst alle Muskelgruppen und verhilfst Dir zu mehr Körperspannung. Beim Boxen sind nicht nur Deine Arme gefragt. Auch Schulter- und Rumpfmuskulatur werden beansprucht. Du trainierst in hohem Maße gleichzeitig Koordination, Kraft und Ausdauer.

Termine: Mittwoch & Freitag

18:00 Uhr – 19:00 Uhr

Body Balance

Body Balance bringt Körper und Geist in Einklang. Der perfekte Mix aus Yoga, Tai Chi und Pilates - für Kraft und Gleichgewicht. Dabei ist eine kontrollierte Atmung ein wichtiger Bestandteil. Du verbesserst deine Beweglichkeit, kräftigst deine Rumpfmuskulatur und baust gleichzeitig Stress ab. Du findest deine innere Mitte und steigerst langfristig Harmonie und Wohlbefinden.

Termine: Samstag

09:00 Uhr – 10:00 Uhr und 10:00 Uhr – 11:00 Uhr

Corona Auflagen

Der Mindestabstand von 1,5 Meter muss eingehalten werden. Vor und nach dem Training muss eine medizinische Maske getragen und die Hygienevorschriften müssen eingehalten werden.

Max. 20 Teilnehmer können pro Kursstunde teilnehmen.

Unsere Fitness Trainer

Full Body Training

Romina Drelciuc

Adrian Rosa



Romina Drelciuc: Studium in Sport- und Gesundheitswissenschaften mit Diplom, Fitnesstrainer B-Lizenz, professionelle Ernährungsberaterin

Adrian Rosa: Fitnesstrainer mit A- und B-Lizenz, erfahrener Outdoortrainer, viele Jahre Erfahrung mit TRX-Training

Fitness Boxing

Detlef Andler

Frank Theobald



Detlef Andler: Trainer mit DOSB C-Lizenzen, ehemaliger aktiver Boxer und Trainer, Olympic Boxing

Frank Theobald: Trainer mit DOSB C-Lizenzen, ehemaliger aktiver Boxer und Trainer, Olympic Boxing

Body Balance

Utta Späth



Utta Späth: Über 20 Jahre Unterrichtserfahrung, BSA Zertifikat Gymnastik und Aerobic, Weiterbildung in Power Yoga, Rückenschule, Pilates-Flow u.v.m., professionelle Ernährungsberaterin

Teilnahme Schnupperkurse

Bringe einen tagesaktuellen negativen COVID-19-Schnelltest (... kann auch vor Ort unter Aufsicht durchgeführt werden) oder einen Impfnachweis oder einen Genesenennachweis mit.

Anmeldung vorab ist erforderlich! →

Preise Fitness Kurse

Mitglieder des SV Huchenfeld

5,00 € je Std.

Nichtmitglieder

20er Karte 126,00 € (6,30 € je Std.)

10er Karte 68,00 € (6,80 € je Std.)

5er Karte 36,50 € (7,30 € je Std.)

Die **erste Kursstunde** für jeden unserer drei Fitnesskurse ist kostenlos. Dies gilt auch für unsere Schnupperkurse vom 19.06. bis 30.06.2021.

Das Besondere an unserem Preismodell ist, dass wir keine kompletten Kurse mit festgelegten Terminen anbieten, sondern einzelne Kursstunden, die Du ganz individuell belegen kannst – so wie Du Zeit hast.

Kurvenflow - Mountain Bike

Technik Parkour

Termine: Dienstag & Donnerstag 17:00 – 20:00 Uhr (wetterabhängig), weitere Öffnungszeiten: Instagram (@kurvenflow), Facebook (Kurvenflow-SVH), Email Kurvenflow-SVH@gmx.de

Termine MTB Technikkurse

Individuelle Technik-Kurse an vereinbarten Tagen (siehe Social Media) durch unsere Technik-Trainer.

Das Fahren mit dem Bike im Gelände erlernen, Singletrails fahren, das Bike beherrschen, egal was kommt - das bieten Dir die Fahrtechnikkurse von Kurvenflow. Unser Kursinhalt baut aufeinander auf - vom Leichtem zum Schweren. Gehe mit einem Lächeln aus dem Kurs und freue Dich auf die Technik, die Du erlernt hast.

Techniktrainer:

Falk Holzhausen (MTB Guide), Rüdiger Haase (MTB Guide) beide mit DOSB Lizenzen

Philipp Sommer, Andreas Rein, Yannick Haase (in Guide Ausbildung)

Anmeldung kostenlose Schnupperkurse

Für die Buchung der Schnupperkurse rufen Sie uns bitte in unseren Geschäftszeiten zwischen **09:00 – 17:00 Uhr** unter der **Telefonnummer 07231 / 4199661** an oder schreiben Sie uns eine E-Mail an active-sports@svhuchenfeld.de

