

HALLENTRAINING

KINDERSPASS UND TURNEN

Tiger-Gruppe 1 (3,5 - 5Jahre): Montag 16:00 - 17.00 Uhr
Tiger Gruppe 2 (5 - 6 Jahre): Montag 17:00 - 18:00 Uhr
Die Stunde bietet ein buntes und kindgerechtes Programm, wobei die Vielseitigkeit und der Spaß an der Bewegung im Vordergrund stehen. Teamfähigkeit, Beweglichkeit, Konzentration werden spielerisch verbessert.

Löwen-Gruppe (7 - 10 Jahre): Montag 18:00 - 19.00 Uhr
Für alle Kinder, die sich nicht auf eine Sportart spezialisieren möchten. Das Training bietet ein buntes Angebot und einen Einblick in verschiedene Aktivitäten. Ganz ohne Leistungsdruck mit Freude verschiedene Sportarten kennenlernen und den Spaß an der Bewegung beibehalten.

SKIGYMNASTIK FÜR ERWACHSENE

Mittwochs 19:30 - 20:30

Für Frauen und Männer jeden Alters, die Lust am gemeinsamen Sporttreiben haben. Schwerpunkte sind u.a.: Koordination/ Kraft/ Beweglichkeit und Ausdauer.

X-FIT FÜR MÄNNER

Mittwochs 20:30 - 22 Uhr

Für alle Männer, die sich gerne auspowern wollen, die aber auch Lust an kleinen Spielformen haben.

Schwerpunkte sind u.a.: Koordination/ Kraft/ Beweglichkeit und Ausdauer.

GYMNASTIK FÜR FRAUEN

Montag 19:00 - 20:00 Uhr

Für Frauen jeden Alters, die gemeinsam gerne Sport treiben wollen. Das abwechslungsreiche Gymnastik-Programm beinhaltet z.B. Bauch-Beine-Po, Wirbelsäulengymnastik, Body-Training, Koordination, Ausdauer und Stretching sowie Entspannung.

UNSER HALLENTRAINING FINDET IN DER
YBURGHALLE VARNHALT STATT. INFOS AUF DER HOMEPAGE

KONTAKT

Skiclub Yburg e.V.
Dr-Rudolf Eberle-Str. 2A
76534 Baden-Baden
post@skiclub-yburg.de

SAVE
THE DATE
Brettmarkt
2024
20.10.2024 -
Yburghalle
Varnhalt



Werde Mitglied beim Skiclub Yburg e.V.!

Mitgliedsantrag auf
unserer
Homepage ausfüllen
oder direkt den
nebenstehenden QR-
Code einscannen



SCAN ME

www.skiclub-yburg.de



S O M M E R P R O G R A M M
2 0 2 4



OUTDOOR-GANZJAHRESANGEBOTE

Mountainbike-Fahrtraining und Ausfahrt,

Treffpunkt: Donnerstags, 18 Uhr am Kolbenacker in Steinbach
Es werden 2-4 Gruppen, getrennt nach E-Bike, Bio-Bike und der Leistungsklasse.

Zu Beginn der Saison bieten wir ein Technik-Training mit verschiedenen Schwerpunkten an.

Die Ausfahrten sind in der Regel 2-3 Stunden lang und finden in unserer Region statt.

weitere Infos bei Markus Eberle unter 0176-5449806 oder m.eberle@skiclub-yburg.de



Nordic-Walking/ Laufftreff

für geübte Läufer Dienstags von 18.30 Uhr bis 20.00 Uhr.
Treffpunkt: von April bis September am Burggärtle unterhalb der Yburg.

Für alle, die gerne an der frischen Luft unterwegs sind. Das Training ökonomisiert den Herz-Kreislauf, löst Verspannungen im Schulter-/Nackengebiet, stärkt das Immunsystem und steigert die Ausdauerfähigkeit bei einem erhöhten Energieverbrauch. Es geht bergauf und bergab durch das Rebland. Neue Läufer und Läuferinnen sind herzlich willkommen.

weitere Infos bei Leonie Trapp unter 07223/58668 oder Traudel Schönfelder unter 07223/58144

www.skiclub-yburg.de

WANDERUNGEN - RAD & MTB-TOUREN TAGESTOUREN

14. April 2024 (Sonntag)

Wanderung: Blütenwandertag in Ebersbach

von Karl Berreth und Waltraud Hegner
(Info unter: 07223/ 50766)

01. Mai 2024 (Mittwoch)

Wanderung im Raum Forbach im Murgtal
von Norbert Künstel (Info unter: 07228/ 8489930)

02. Juni 2024 (Sonntag)

Wanderung auf dem Malterdinger Panoramaweg
von Karl Berreth und Waltraud Hegner
(Info unter: 07223/ 50766)

30. Juni 2024 (Sonntag)

Wanderung auf dem Gertelsbacher Rundweg
von Rosemarie Hils (Info unter: 07223/ 74281)

21. Juli 2024 (Sonntag)

Wanderung: Holzmacher-Tour in Tonbach
von Marion und Rolf Braun (Info unter: 07223/ 5466)

07. September 2024 (Samstag)

Fahrradtour ins Pfingztal Karlsruhe
von Norbert Künstel (Info unter: 07228/ 8489930)

RAD

28. September 2024 (Samstag)

Wanderung im Pfälzer Wald
von Anders Eriksson (Info unter: 07223/ 27866)

28. September 2024 (Samstag)

Mountainbiketour in der Pfalz
von Andreas Maginot (a.maginot@skiclub-yburg.de)

MTB

20. Oktober 2024 (Sonntag)

Wanderung auf dem Heidelbeerweg Enzklösterle
von Karl Berreth und Waltraud Hegner
(Info unter: 07223/ 50766)

**Sonderevent: Schrauber-Kurs 2024
für Radfahrer- und Mountainbiker**
nähere Infos und Termin auf unserer Homepage

ANMELDUNG UND INFOS BEI DEN
ANSPRECHPARTNERN ODER IM MITTEILUNGSBLATT &
AUF UNSERER HOMEPAGE

www.skiclub-yburg.de

MEHRTAGESAUSFAHRTEN - HOCHGEBIRGSTOUR UND MTB-FAHRTEN

09.08. - 12.08. 2024

Hochgebirgstour im Bündner Oberland (Schweiz)

Wanderung

Wer schon einmal dabei, kann nachvollziehen, warum die Hochgebirgstour der Wandergruppe so beliebt ist. Diesmal geht es in die Schweiz, genauer ins Bündner Oberland Sursela. Die Tour wird traditionell von Helmut und Karl-Heinz organisiert und angeführt.

Weitere Infos zu der Hochgebirgstour und den Preisen findet ihr auf unserer Homepage unter Ausfahrten oder direkt bei Helmut Wintergerst (07223/ 5932) oder Karl-Heinz Hagenunger (07223/ 57973)



13.06. - 16.06.2024

MTB-Bodensee-Umrandung

MTB

Den Bodensee nicht auf dem klassischen „Bodensee-Radweg“, sondern im „Hinterland“ mit dem Mountainbiken zu umrunden ist eher unbekannt. Schöne Aussicht auf den See und einsame Wege führen durch unterschiedliche Landschaften durch die 3 Länder.

Weitere Infos zu der Mountainbiketour und den Preisen findet ihr auf unserer Homepage unter Ausfahrten oder direkt bei Chris Finkenzeller: c.finkenzeller@skiclub-yburg.de

13.07. - 19.07.2024

Bike-Woche Zillertal/Dolomiten

MTB

Die zweigeteilte Bike-Woche startet im Zillertal und wartet mit dem Hintertuxer Joch, 65-Kehren-Abfahrt und Pfitscher-Joch auf. Bevor es für weitere 2,5 Tage in die Dolomiten mit der Sella-Ronda und dem Bike-Park am Kronplatz geht.

Weitere Infos zu der Mountainbiketour und den Preisen findet ihr auf unserer Homepage unter Ausfahrten oder direkt bei Markus Eberle: m.eberle@skiclub-yburg.de oder Chris Finkenzeller: c.finkenzeller@skiclub-yburg.de

www.skiclub-yburg.de