



Der Sportverein Fellbach informiert: August 2025

MusterdatenExtra1 MusterdatenExtra2 Mustermann,

der Sommer neigt sich langsam dem Ende zu, doch bei uns im Verein geht es jetzt erst richtig los! In den vergangenen Wochen haben wir vieles auf den Weg gebracht – neue Angebote, spannende Entwicklungen und tolle Möglichkeiten, aktiv dabei zu sein.

Mit Blick auf den Herbst erwarten euch weitere Highlights und Gelegenheiten, unser Vereinsleben mitzugestalten. Ob neue Kurse, besondere Veranstaltungen oder gemeinsame Aktionen – es gibt jede Menge, worauf ihr euch freuen könnt.

Lasst uns gemeinsam mit voller Energie in die zweite Jahreshälfte starten!

Sportliche Grüße,

Christian Bauer
Vorstand

► Abteilungen

Die Wettkampfsaison in vielen Abteilungen geht bald wieder los. Erlebe die hochklassigen verschiedenen Sportarten live hier in Fellbach.

Alle Infos zu den Spiel- und Wettkampfterminen gibt es auf der jeweiligen Internetseite der Abteilung.

- [Basketball](#)
- [Fußball](#)
- [Volleyball](#)
- [Handball](#)
- [Ringen](#)
- [Badminton](#)

Die Wettkämpfe unserer Gewichtheber und Kraftdreikämpfer entnehmen sie der lokalen Presse. Unsere SportlerInnen freuen sich über jede Unterstützung.

Neue Angebote & Kursstarts beim SV Fellbach

► Rehasport

Kooperation: Rehasport beim Tennisverein

Ab 8. Oktober startet eine Kooperation mit dem TEV Rot-Weiß Fellbach in der Kienbachstraße 21.

Beim Angebot „Allgemeiner Rehasport“ sind alle angesprochen, die gezielt Schwachstellen im Körper verbessern, beweglicher werden und allgemein fitter werden wollen.

Und das vor Ort im Tennisverein – es dürfen alle teilnehmen, für die die Sportstätte in der Kienbachstraße gut erreichbar ist (es ist also keine Mitgliedschaft im TEV Voraussetzung).

Rehasport wird vom Arzt verschrieben (sprechen Sie Ihren Arzt einfach darauf an!) und die Krankenkassen übernehmen die Kosten.

Termin: Mittwochs, 9.10 – 10.00 Uhr

Information und Anmeldung bei Sabine Alber

Geschäftsstelle des SV Fellbach alber@svfellbach.de,
0711/58 69 05



Offene Plätze beim Rehasport

In einigen Rehasportkursen gibt es noch freie Plätze:

z.B. Sturzprophylaxe, Adipositasport,
Rehasport am Stuhl, Knie-/Hüftgruppe.

Alle Kurse und Informationen finden Sie [hier](#).



► Dance Academy

Unsere Schnupperwochen 2025

Der neue Kursstart 25/26 steht vor der Tür!

Sichere Dir jetzt einen Platz in deinem Wunschkurs oder teste Dich einfach mal vom 15.09.-26.09.25 durch das Kursprogramm. Keine vorherige Anmeldung nötig – komm vorbei und tanze mit!

[Hier](#) findest Du unseren neuen Kursplan 25/26.





Herbst DanceCamp 2025

Dir bereiten unterschiedliche Tanzstile super viel Spaß? Oder willst Du einfach mal in die verschiedenen Tanzstile der Dance Academy reinschnuppern? Dann bist Du in unserem Herbst DanceCamp genau richtig! Wir tanzen am 27.10.25 und am 28.10.2025 zwei Tage gemeinsam im Sportzentrum LOOP und testen verschiedene Tanzstile wie Hip-Hop, Breakdance, Dancehall und Jazz aus. Außerdem toben wir uns in der Bewegungslandschaft aus und essen gemeinsam zu Mittag. Wir freuen uns auf Dich! **Meld dich jetzt an!**

Ihr habt die **Dance Academy Gala 25 „Dance Evolution“** verpasst oder wollt den Abend nochmal gemütlich von zuhause aus Erleben? Dann sichert Euch jetzt den USB-Stick mit exklusiven Bildern und Videos der Show, festgehalten von drei professionellen Video- und Fotografen. **Hier** geht's zum USB-Stick



► Eltern-Baby-Sport

Von der Schwangerschaft bis zum Baby. Angebote rund um Bewegung, Rückbildung und Wohlbefinden.

Ab 15. September starten wieder tolle Kurse rund um Schwangerschaft, Rückbildung und fit durch die ersten Monate mit Baby.

SchwangerschaftsYoga! Sanfte Dehn- und Atemübungen zur Vorbereitung auf die Geburt.

Rückbildung nach der Geburt mit oder ohne Baby. **Baby&me!** ab 3. und 6. Monate. Spielerische Motorik- und Bewegungsübungen. Förderung der sensorischen Entwicklung, Koordination und ersten Greif- und Rollbewegungen. **MamaFit!-BabyMit!**, **MamaWorkout!** ein Ganzkörpertraining mit Fokus auf Kraft, Flexibilität und Ausdauer.

Neu! **MamaPilates!** mit Baby. Schonende Pilates Übungen für Bauch & Beckenboden. **MamaMoves-Buggy!** Ein Ganzkörpertraining an der frischen Luft mit dem Baby im Kinderwagen.

Wir freuen uns auf euch!

Details und Anmeldung findet ihr [hier](#).

mini me

ELTERN-BABY-SPORT

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG
9.30-10.30Uhr Baby&me! ab 3Mon. Imke	9.30-10.30Uhr MamaMoves-Buggy! outdoor Anja NEW! ab Sep. 25	09.30-10.30Uhr MamaFit!-BabyMit! Ramona	9.30-10.30Uhr Rückbildung! Imke
10.45-11.45Uhr MamaFit!-BabyMit! Imke		10.45-11.45Uhr Mama-Pilates! Ramona NEW! ab Sep. 25	10.45-11.45Uhr MamaFit!-BabyMit! Imke
12.30-13.30Uhr Baby&me! ab 6Mon. Lana		19.00-20.00Uhr MamaWorkout! Imke	17.00-18.00Uhr Schwangerschafts-Yoga! Anna
14.00-15.00Uhr Baby&me! ab 6Mon. Lana		20.15-21.15Uhr Rückbildung! Imke	

Sportzentrum LOOP, Bühlstr. 145, 70736 Fellbach www.svfellbach.de
INFOS & ANMELDUNG: svfellbach.getbookable.de oder fleischmann@svfellbach.de

Kindersportschule aktiv:

Auch die Kindersportschule geht nach den Ferien wieder los! So starten wir mit voller Energie gemeinsam in den Herbst! Mit viel Spaß und Bewegung fördern wir die motorische Entwicklung, das Körpergefühl und den Teamgeist der Kinder – ein echtes Highlight für alle Sportfans.

Den neuen Stundenplan findet ihr [hier](#).





Krabbel Babbel & Super Minis

Ab September beginnen wir wieder mit unseren Super Minis und den Krabbel-Babbel-Kursen – jetzt mit einem neuen Nachmittagstermin! Ideal für alle Eltern, die sich nachmittags Zeit für Spiel, Bewegung und Austausch mit ihren Kleinen nehmen möchten.

Wir freuen uns auf viele neue und bekannte Gesichter!

Weitere Informationen gibt es [hier](#):



Kids Camp in den Herbstferien

Schon jetzt an die nächsten Ferien denken.

Am 27. und 28. Oktober findet unser Herbst Camp in der Gäuäckerhalle I statt.

Infos und Anmeldung [hier](#).

► Trendsport Academy

Als Mitglied der Trendsport Academy Jugend kannst du für nur 20€ monatlich als SVF Mitglied **alle betreuten Stunden** in der Bewegungslandschaft nutzen, als TSA Mitglied Erwachsene sogar für nur 15€ monatlich **alle offenen Stunden** am Abend! Zusätzlich bieten wir verschiedene Kurse als Zusatzmodul an, die jedes TSA Mitglied optional dazu buchen kann! Vereinbare jetzt Dein Probetraining per Mail: el-azzazy@svfellbach.de

NEU! Ninja Warrior Wettkampfgruppe

Seit diesem Sommer gibt es in der Trendsport Academy auch eine Ninja-Wettkampfgruppe! Am 25. Oktober steht für die Gruppe der erste Wettkampf in Thannhausen an – ein spannender Meilenstein für unsere jungen Athlet*innen.

Wer Lust hat, selbst Teil der Wettkampfgruppe zu werden, ist herzlich eingeladen, zu einem Probetraining vorbeizukommen. Anmeldung bitte per Mail an: el-azzazy@svfellbach.de

Trendsport Kids

Für das 1. Schulhalbjahr gibt es noch wenige freie Plätze in den Kids-Kursen ab 6 Jahren! Die Kurse dauern ein Schulhalbjahr und bilden die Grundlage für die einzelnen Sportarten der Trendsport Academy!

Anmeldungen sind noch in den Kursen Parkour Kids 2, sowie Ninja Kids (Sonntag) möglich.

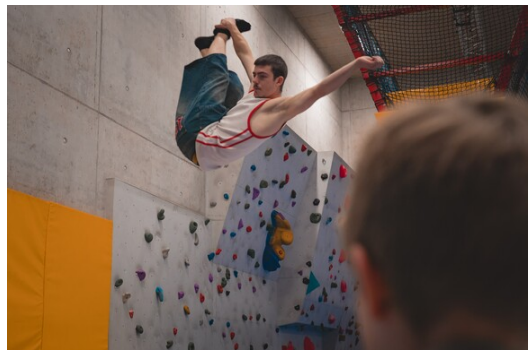
Trendsport Kids ab 6 Jahren - Hier werden spielerisch die Grundlagen unserer Trendsportangebote erlernt, um sich später leichter für eine der Sportarten entscheiden zu können.

Parkour Kids ab 6 Jahren - Hier lernen die Kids alle für Parkour wichtigen Grundtechniken zum Überwinden von Hindernissen und zum Landen / Abrollen.

Kletterkurse Kids ab 6 Jahren - Klettern begeistert Kids in diesem Alter besonders. Neben Kraft und Ausdauer wird auch Verantwortung für andere durch gegenseitiges Sichern geübt.

Ninja Kids ab 8 Jahren - Die Kids erwartet ein altersgerechtes und intensives Krafttraining für den ganzen Körper mit immer neuen Herausforderungen.

Alle Angebote der Trendsport Academy und der anderen Bereiche findest du auf unserer [Buchungsseite](#)! Nutze die Tags oder das Suchfeld, um das passende Angebot zu finden!



► FITNESS STUDIO BALANCE

Liebe Leserinnen und Leser,

in diesem Newsletter möchten wir ein wichtiges Thema ansprechen, das viele ältere Menschen betrifft: Sarkopenie. Dabei handelt es sich um den altersbedingten Verlust von Muskelmasse und Kraft, der im Laufe der Jahre schleichend einsetzt. Wir möchten dir einige Tipps an die Hand geben, wie du diesem Prozess entgegenwirken und auch im Alter aktiv bleiben kannst.

Was ist Sarkopenie?

Sarkopenie bezeichnet den natürlichen Muskelschwund und den Abbau von Kraft, der mit dem Alter einhergeht. Dies kann zu Schwäche, einem erhöhten Sturzrisiko und einer verminderten Lebensqualität führen.

Warum ist das wichtig?

Ein gesunder Muskelapparat ist entscheidend für deine Lebensqualität. Mobilität und Unabhängigkeit hängen stark davon ab. Mit gezielten Maßnahmen kannst du den Muskelschwund verlangsamen und deine Lebensqualität erhalten.

Hier sind einige Tipps:

- Regelmäßige Bewegung: Integriere Bewegung in deinen Alltag und setze auf Krafttraining, um deine Muskeln zu stärken.
- Gesunde Ernährung: Achte auf eine proteinreiche Ernährung. Lebensmittel wie Fisch, Milchprodukte, Hülsenfrüchte und Nüsse sind hierbei besonders hilfreich.
- Soziale Aktivitäten: Bleibe aktiv in der Gesellschaft. Gemeinsame Aktivitäten fördern nicht nur die Bewegung, sondern auch dein soziales Wohlbefinden.

Wie du siehst, ist Sarkopenie ein ernstzunehmendes Thema, aber mit den richtigen Maßnahmen kannst du aktiv gegensteuern. [Vereinbare jetzt dein kostenloses Erstgespräch](#) – unser kompetentes Team freut sich darauf, dich persönlich zu beraten!

Bleib stark und gesund!

Herzliche Grüße,

Dein BALANCE-Team

Core Training

Neu! Jetzt immer am Mittwoch von 18.45 Uhr bis 19.15 Uhr „Core“ mit Karim und Samstag von 11 Uhr bis 11.30 Uhr „Core“ mit Theo. Core Training ist ein Training der Körpermitte. Das Training zielt darauf ab die Muskulatur des Rumpfes zu stärken. Das umfasst die Bauch-, Rücken, Becken- und Hüftmuskulatur. Diese ist wichtig für die Körperstabilität, die Balance, die Kraftübertragung und für eine gute Körperhaltung.

Am Samstag findet im Anschluss von 11.30 Uhr bis 12 Uhr der Kurs „**Mobility**“ bei Theo statt. Dieses Beweglichkeitstraining kombiniert Dehnübungen mit Krafttraining und Koordinationstraining. So wird der Bewegungsumfang der Gelenke erhöht und gleichzeitig die Muskulatur gestärkt. Verspannungen werden reduziert und Verletzungen vorgebeugt.

„Mobility“ gibt's auch am Mittwoch von 18 Uhr bis 18.45 Uhr mit Karim, am Donnerstag von 19.45 Uhr bis 20.15 Uhr mit Kerstin und ab September wieder am Freitagabend von 19 Uhr bis 19.30 Uhr mit Thomas.

Gleich anmelden und mitmachen!



► Yogazentrum

Entspannen und Genießen auf dem Kappelberg

Am 19. Juli 2025 fand bei bestem Wetter unser erstes **Sonaya Yoga Festival** in den wunderschönen neuen Räumlichkeiten der Event Location am Waldschlössle statt.

Yoga in all seinen Facetten: Inspiration, Entspannung, Bewegung und Spaß hoch oben über den Weinbergen am Kappelberg. Mit einem abwechslungsreichen Yoga-Programm wurden die Teilnehmer:innen bewegt entspannt und geerdet.

Für kulinarische, lokale Köstlichkeiten und Getränke sorgten die **Fellbacher Weingärtner**, die **Wilde Heimat** und das **Radmoment Team**. Mit der Unterstützung vom Möbelhaus **ASCAWO** wurden die Räumlichkeiten in eine spirituelle und entspannte Atmosphäre getaucht.

Das Yoga-Team des SV Fellbach und die zahlreichen Yoginis feierten gemeinsam den Tag und den Moment!

Aufgrund des durchweg positiven Feedbacks ist für **November 2025 ein weiteres Yoga-Festival** geplant. Infos dazu findet ihr demnächst unter [diesem Link](#).



Im Herbst planen wir auch neue **Yoga-Workshops**, **Einsteigerkurse** und **Waldbaden-Kurse**. Infos dazu findet ihr demnächst unter folgendem [Link](#)

Werbepartner des SV Fellbach Heute ein Beitrag der Volksbank Stuttgart

#LOSlegen für Fellbach: GewinnSparen unterstützt Vereine und Institutionen

„GewinnSparen“ – noch nie gehört? Dann sollten Sie weiterlesen. Denn mit der Kombi aus sparen, helfen und gewinnen tun Sie nicht nur sich etwas Gutes, sondern auch den Fellbacher Vereinen und sozialen Institutionen. Jedes 10 Euro-GewinnSpar-Los, das Sie bei der Volksbank Stuttgart kaufen, fördert mit 63 Cent gemeinnützige Projekte und sorgt für echte Glücksmomente.

Jeden Monat attraktive Gewinne!

Auch in diesem Jahr haben unsere GewinnSparer:innen wieder einmal Glück gehabt: Denn bis August gab es schon 4.548 Gewinner-Lose, die in Summe 549.050 Euro gewonnen haben – darunter waren auch gleich 5 coole vollelektrische MINI Cooper! Und bei der Sonderziehung im Dezember haben GewinnSparer:innen sogar noch Extra-Gewinnchancen: Ein vollelektrischer Porsche Macan 4, 30-mal Weihnachtsgeld in Höhe von je 3.000 Euro und 30 Goldbarren à 100g. Minimaler Einsatz mit großartiger Wirkung – so oder so. Also nichts wie #LOSlegen!

Mehr Infos zur 3-in-1 GewinnSpar-Glücksformel:

www.volksbank-stuttgart.de/gewinnsparen



VR-GewinnSparen Volksbank Stuttgart

#LOSlegen

Monatlich gewinnen

- 10 BMW 330e Touring Plug-in-Hybrid
- 10 Reisegutscheine im Wert von je 3.000 Euro
- Geldgewinne bis zu 25.000 Euro



Fellbach fördern

Mit jedem Los unterstützen Sie Vereine und soziale Institutionen gleich um 's Eck.



Spielend sparen

Pro Los wandern 7,50 Euro direkt auf Ihr Sparkonto.





► Liebe Sponsoren, nehmen Sie bei Interesse einfach **Kontakt** zu uns auf.

► **Datenschutz**

Liebe SVF`ler, 4 x im Jahr versenden wir unseren Newsletter mit aktuellen Infos zum SV Fellbach. Am 25. Mai 2018 trat die neue EU-DSGVO in Kraft. Gerne möchten wir Sie auch in Zukunft über alles Aktuelle informieren. Ihre persönlichen Daten (nur E-Mail Adresse) verwenden wir ausschließlich für den Versand unseres Newsletters.

Wer Informationen wie bisher empfangen möchte, muss nichts Weiteres unternehmen und erteilt uns damit die Genehmigung, weiterhin über unsere Aktivitäten zu informieren. Wer dies nicht wünscht klickt einfach auf Abmelden am Ende des Newsletters.



[Klicken Sie hier um sich aus dem Verteiler abzumelden.](#)