



Der Sportverein Fellbach informiert: November 2017

wie heißt es so schön... "so langsam naht die geruhsame Zeit" und der Advent steht vor der Tür.

Genießen Sie im Kreise netter Menschen die Vorweihnachtszeit und kommen Sie gesund in das neue Jahr 2018!

Sportliche Grüße, Ihr

Christian Bauer
Vorstand

► Gerne können Sie diese Vereinsinformation Freunden und Bekannten [weiterempfehlen](#).

► Die aktuelle Vereinszeitung vom November finden Sie [hier](#).

► FSJ und BFD beim SVF

Die Bewerbungsphase für die Freiwilligendienste, mit Start 1.9.2018, hat begonnen. Bewerbungen können an folgende [Emailadresse](#) geschickt werden.



Neue Angebote & Kursstarts beim SV Fellbach

► Fitness Studio Balance

FMS - Functional Movement Screen

Viele Menschen wollen vorankommen, trainieren hart, um stärker und/oder gesünder zu werden. Sie arbeiten konstant an ihrer Kraft, Ausdauer, Flexibilität oder Leistung. Ihre ineffizienten fundamentalen Bewegungen und Bewegungsmuster bleiben dabei allerdings meist unbeobachtet. So kann es passieren, dass diese Menschen – ohne es zu wissen – durch inkorrekte Bewegungsmuster ihre Gesundheit aufs Spiel setzen, ihre Bewegungsmuster nicht optimieren können oder mit Dysfunktionen agieren – im guten Glauben, etwas für ihre Fitness und Gesundheit zu tun. Über kurz oder lang sinken die Motivation und die Freude an der Bewegung. FMS – Der Functional Movement Screen ist eine effiziente und zuverlässige Methode zur Bestimmung von Stärken und Schwächen in fundamentalen Bewegungsmustern. Im Anschluss daran werden dem Getesteten sog. Correctives, also bestimmte Übungen in den Trainingsplan gegeben, um eben diese Bewegungsmuster zu optimieren und eventuelle Dysbalancen zu beseitigen.

Kommen Sie zu uns und lassen sich screenen – der Erfolg wird Sie begeistern!



Körperzusammensetzungsanalyse

Kennen Sie die Fettmasse ihres rechten Beins? Wie hoch ist der Muskelanteil ihres linken Armes im Vergleich zu ihrem rechten Arm? Wie viel Wassergehalt hat ihr Körper? Kommen Sie zu uns und lassen Sie sich wiegen! Denn das Balance ist stolz, ab sofort mit einer neuen, professionellen Waage aufwarten zu können.

Das neueste Modell des Marktführers „Tanita“ steht für Sie bereit!

Back to the 80's

heißt der erste Club-Trainings-Abend. Ab sofort wird jeden ersten Freitag (außer Ferien) im Monat „laut“ trainiert. D.h. ein DJ legt auf und das Club-Light wird dich in Feierlaune bringen. Fühle dich wie im Club und trainiere gleichzeitig deinen Körper!



Infos zu den Veranstaltungen [hier](#).

► Dance Academy

Dance2Charts

Du bist 8 Jahre oder älter? Dann bist du bei uns absolut richtig! Werde Teil des einzigartigen Kurses „Dance2Charts“ und tanze die Choreografien zu den aktuellen Chartliedern! Lebe deinen Traum und werde zu deinem von dir bewunderten Star aus dem Musikvideo! Jeden Donnerstag 16:00-17:00 Uhr im Sportzentrum Loop



Dancehall für Teens ab 14 Jahre

Dancehall ist für jedermann und bringt den karibischen way of life näher. Aus dem Reggae entwickelte sich die Musikrichtung Dancehall. Der Rhythmus des Dancehall ist sehr viel schneller als der des Reggae. In Jamaika entwickelte sich aus dieser Musikrichtung ein eigener Tanzstil der "Dancehall".

Discofox & Standard- Latein Tanzkreis

Sie benötigen keine tänzerische Vorerfahrung und sind in kürzester Zeit mit Hilfe der gelernten Schritte auf den Tanzparketts in aller Welt sicher unterwegs. Genauere Informationen erhalten Sie gerne unter: patzelt@svfellbach.de

Jeden Dienstag 20.00-21:00 Discofox, ab 21:00 Tanzkreis im Sportzentrum Loop. [Infos hier](#).

► Trendsport Academy

Willkommen bei der Trendsport Academy des SV Fellbach! Unter Trendsport fallen all die Sportarten, die nicht zum klassischen Breiten- und Wettkampfsport gehören. Sportarten, in denen man selbst seine Ziele und den Weg dahin definieren kann. Hierbei entstehen die verrücktesten und spektakulärsten Variationen. Parkour statt Turnen und Laufen, Spikeball statt Volleyball, Tricking kombiniert aus vielem. Dabei spielt das Alter bei keiner Sportart eine Rolle. Alle Trends werden auch von bereits Erwachsenen kreiert und professionell betrieben, es ist also nie zu spät! Im Trendsport geht es um das Miteinander, um Spaß und Bewegung.



Wir bieten euch bei der Trendsport Academy ab Januar.

- Vielseitige Trendsportarten
 - Individuelles Training für jedes Alter
 - Kompetente und geschulte Trainer
 - Angebote für Anfänger und Fortgeschrittene
- Alle Informationen und Kurspläne erhalten Sie im LOOP oder per Mail el-azzazy@svfellbach.de

Weitere Informationen finden Sie [hier](#).

TRENDSPORT

► KiSS - Schwimmkurse

Im Februar starten wieder neue Schwimmkurse der KiSS Fellbach. Die Schwimmkurse richten sich an Kinder zwischen fünf und acht Jahren. Die Kurse finden immer mittwochs um 16:00 und um 16:55 im F3 in Fellbach statt.

Weitere Informationen finden Sie [hier](#).

► Babys in Bewegung- mit allen Sinnen

Ein Bewegungskonzept für Babys im Alter von 3-6 Monaten. Im Kurs lernen Eltern und Babys auf spielerische Art und Weise Bewegungs- und Sinnesanregungen für ihren jeweiligen Entwicklungsstand kennen.

Ab dem 15. Januar starten die 10 Einheiten immer montags von 09.30-10.30 Uhr im Sportzentrum LOOP.



► Mama fit- Baby mit!

Mutter sein und trotzdem aktiv bleiben. Das Konzept Mamafit enthält, über eine klassische Rückbildung hinaus ein zielgruppenorientiertes, kompetentes und vielseitiges Ganzkörpertraining, bei dem die Babys ab dem 4. Monat dabei sein dürfen! Ab dem 15./17. Januar starten die 10 Einheiten immer montags von 10.45-11.45 und mittwochs von 9.45-10.45 und 10.45-11.45 Uhr im Sportzentrum LOOP.

Infos und Anmeldung für beide Kurse unter marschner@svfellbach.de

Weitere Informationen finden Sie [hier](#).

► Eltern-Kind-Sonntage

Für Kinder von 2- 4 Jahren

Der Kurs hat am 12.11. begonnen und dauert bis zum 17.12.. Es gibt noch freie Plätze, ein Einstieg ist jederzeit möglich. Das Angebot orientiert sich inhaltlich am Krabbel Babbel und findet immer sonntags von 9.30- 10.30 Uhr in der Sporthalle im Loop statt. Abwechslungsreiche Bewegungslandschaften fordern zum sich bewegen und ausprobieren auf. Die einzelnen Stationen sind



altersgerecht aufbereitet und bieten den Kindern die Möglichkeit, vielseitige motorische Erfahrungen zu sammeln. Qualifizierte Übungsleiterinnen betreuen zusammen mit den Eltern die Kinder. Information und Anmeldung: Wolfgang Liedtke, Tel.:0711/ 586905, Di + Do 9.30-12.00 Uhr, Schillerstr. 8, 70734 Fellbach, E-Mail: kiss@svfellbach.de

► Neuer Intensive-Yoga-Kurs

Mit diesem effektiven Workout werden alle Hauptmuskelgruppen, geformt und gedehnt. Die Körperspannung wird verbessert und die Figur gestrafft. Neben der Muskulatur wird auch das Herz-Kreislauf-System gestärkt. Alle Organe werden besser durchblutet und regelrecht „massiert“. Stress und Stresshormone werden reduziert. Der Körperfettanteil sinkt. Atemübungen (Pranayama) und Entspannung runden das Kursangebot ab.

Weitere Informationen finden Sie [hier](#).



Veranstaltungen beim SV Fellbach

► Dance Academy Weihnachtsfeier

Am 10.12.2017 findet unsere Weihnachtsfeier statt. Alle Gruppen der Dance Academy präsentieren was sie das Jahr über gelernt haben. Tolle Showacts und Highlights warten auf euch. Ort: Sportzentrum Loop, Uhrzeit: 15:00 Uhr bis ca. 17:00 Uhr

Weitere Informationen finden Sie [hier](#).

► Release Konzert mit Matu am 14. April 2018

Die junge Fellbacher Band präsentiert ihre CD beim Konzert des SVF in der Musikschule am 14.4.18 um 20 Uhr. Ein erster Kartenvorverkauf findet ab 10. Dezember in der Geschäftsstelle statt. Weihnachten steht ja vor der Tür. Offizieller VVK Start im i-Punkt, Loop und Geschäftsstelle ab 22. Januar 2018.

Infos zur Band finden Sie [hier](#).



► Save the Date

Die 6. Rebstock Crossgolf Open findet am 12. Mai 2018 statt.

Informationen für unsere Sponsoren

► Partnerschaft mit dem SV Fellbach

Wir bieten unseren Sponsoren die exklusive Möglichkeit, den Newsletter zu nutzen, sich und Ihr Unternehmen vorzustellen. Beispielsweise können Sie auf spezielle Angebote, Produkte oder Jubiläen hinweisen und somit gezielt auch mögliche Interessenten aus dem SVF für sich gewinnen.

Gerne können wir Sie im Rahmen einer Partnerschaft auch attraktiv auf facebook darstellen.



► Liebe Sponsoren, nehmen Sie bei Interesse einfach [Kontakt](#) zu uns auf.



Sportzentrum LOOP

Bühlstr. 145
70736 Fellbach

Telefon: 0711 / 57 82 518
E-Mail: loop@svfellbach.de

SVF Geschäftsstelle

Schillerstraße 8
70734 Fellbach

Telefon: 0711 / 58 69 05
Telefax: 0711 / 58 90 57
E-Mail: info@svfellbach.de

Fitness Studio Balance

Bühlstr. 145
70736 Fellbach

Telefon: 0711 / 57 82 518
E-Mail: balance@svfellbach.de

