

Schwimmen

Schwimmen für Kinder

Das Anfängerschwimmen richtet sich an Kinder ab ca. 4 Jahren und wird in Kursen von jeweils 12 Stunden durchgeführt.

Leistungsschwimmen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Das Leistungsschwimmen findet in Förder- bzw. Leistungsgruppen statt. Wir bieten auch eine Mastersgruppe an, die neben dem Training auch noch an offiziellen Wettkämpfen teilnimmt.

Synchronschwimmen

Synchronschwimmen oder auch Kunstschwimmen ist ein Schwimmstil, der zu Musik, alleine oder meist in einer Gruppe geschwommen wird. Trainiert werden Grundlagen für Anfängerinnen und Anfänger, Kondition, Pflicht und Küren für Fortgeschrittene in verschiedenen Altersgruppen.

Wasserball

Das Wasserball-Angebot besteht aus zwei Männermannschaften und einer Jugendmannschaft. Ausführliche Informationen finden Sie auf der Wasserball-Homepage der SSG Reutlingen/Tübingen.

Trainingszeiten entnehmen Sie bitte unserer Homepage.

Tischtennis

Im Tischtennis kommt es auf geistige und technische Fähigkeiten an. So erlernt man im Training nicht nur unterschiedliche Taktiken anzuwenden, sondern man verbessert auch die Hand-Augen-Koordination und die Reaktionsschnelligkeit. Tischtennis ist eine Sportart für jedes Alter! Unsere Abteilung bietet Jugend- und Erwachsenentraining an.

Trainingszeiten entnehmen Sie bitte unserer Homepage.

Jahresmitgliedsbeitrag

Kinder, Jugendliche, Auszubildende, Studenten, Rentner	60,00 EUR
Erwachsene	96,00 EUR
Alleinerziehende mit Kinder	102,00 EUR
Familien mit Kindern bis 18 Jahre	132,00 EUR
Folgende Abteilungen erheben einen zusätzlichen Abteilungsbeitrag:	
Boxen	25,00 EUR
Tischtennis	60,00 EUR
Stand Juni 2015	

Weitere Informationen rund um den Verein, zu den einzelnen Abteilungen und den jeweiligen Trainingszeiten und -orten finden Sie auf unserer Homepage.

SSV Reutlingen 05 e.V. Gesamtverein

An der Kreuzzeiche 4
72762 Reutlingen

Telefon 07121 / 325996-17
Telefax 07121 / 325996-22

gesamtverein@ssv-reutlingen.de
www.ssv-reutlingen.de

SSV Reutlingen 05 Gesamtverein



American Football

American Football ist eine intelligente, körperkontaktstarke Teamsportart. Gespielt wird mit 11 Spielern pro Team auf dem Feld (11 Offense Spieler, 11 Defense Spieler). Ein komplettes Team kann aus bis zu 50 Spielern bestehen. Ziel des Spiels ist es, den Ball über Lauf oder Passspiel in die gegnerische Endzone zu tragen.

Trainingszeiten: Dienstags & Donnerstags
19.30 Uhr – 22 Uhr, Sportplatz Degerschlacht.

Weitere Informationen findet man auch in der Facebookgruppe - SSV Reutlingen 05 Eagles Fans.

Badminton

Die Badminton Gruppe ist eine ambitionierte Freizeitgruppe, die den Fokus auf die Freude beim Spiel legt. Bei der Ausübung dieser Sportart werden alle motorischen Grundeigenschaften des Sports, insbesondere Schnelligkeit, Reflexe, Ausdauer und Koordination trainiert und dadurch verbessert.

Jung und Alt, Anfänger und Fortgeschrittene, Männer und Frauen sind hier stets Willkommen!

Trainingszeiten: Montags 18.00 – 20.00 Uhr, Sporthalle IKG / Freitags 20.00 – 22.00 Uhr, Rennwiesensporthalle..

Basketball

Grundkenntnisse im Basketball sind von Vorteil, aber nicht zwingend notwendig. Mit verschiedenen Übungen werden stufenweise die Basketballgrundlagen und Regeln vermittelt und ausgebaut. Interessierte Spieler mit und ohne Vereinerfahrung sind jederzeit gerne gesehen.

Trainingszeiten entnehmen Sie bitte unserer Homepage.

Behindertensport

Das Hauptziel ist, die körperliche Leistungsfähigkeit mithilfe des Sports wiederzugewinnen und zu erhalten, die Eigeninitiative zu fördern, die Selbstständigkeit und soziale Integration zu schulen. Die Faustballmannschaft der Versehrtenabteilung des SSV Reutlingen zählt zu den besten Mannschaften in Deutschland.

Trainingszeiten entnehmen Sie bitte unserer Homepage.

Boxen

Boxtraining für alle Alters- und Wettkampfklassen:

Frauenboxen: Unsere lizenzierte Trainerin ermöglicht jeden Mittwoch ein spezielles Frauentraining.

Fitness-/Breitensportboxen: Mitglieder, die nicht für einen Wettkampf trainieren möchten, sind immer Montags und Donnerstags willkommen.

Leistungssport/Wettkampfboxen: Hier findet ein wettkampfbezogenes Training mit verstärktem Sparring und Kampfschule statt.

Anfänger-/Schnuppertraining: Für alle Interessierten immer Montags und Donnerstags.

Trainingszeiten entnehmen Sie bitte unserer Homepage.

Freizeitfußball

Dieses Angebot wird in Kooperation mit dem Jugendhaus Bastille durchgeführt und will über den Fußball, Menschen mit unterschiedlichem Migrationshintergrund integrieren und einander näherbringen.

Trainingszeiten: Dienstags 20.00 – 22.00 Uhr, Hohbuch-Sporthalle.

Gymnastik

Alle Kurse sind für Neu- und Wiedereinsteiger geeignet:

Fitgym ist abwechslungsreiche Gymnastik mit Musik für das Ganzkörpertraining. Neben Muskelkräftigung und Ausdauer spielen auch das Gleichgewichts- und das Koordinationstraining eine große Rolle. Mit Dehn- und Entspannungsübungen sorgen am Ende für die nötige Lockerung.

Rückenfit / Bauch, Beine Po trainiert alle Muskeln, die die Wirbelsäule stützen. Sie werden mobilisiert, gekräftigt und gedehnt. Entspannungsübungen runden das Training ab.

Gymnastik für Frauen ist ein besonders abgestimmtes Angebot zum Ganzkörpertraining nur für Frauen. Im Anschluß an jede Stunde wird noch eine halbe Stunde Korbball gespielt.

Aerobic ist ein abwechslungsreiches Ausdauertraining zur stimmungsvollen Musik. Hierbei werden vor allem Koordination und Beweglichkeit trainiert.

Krafttraining

Trainingszeiten entnehmen Sie bitte unserer Homepage.

Nordic Walking

Nordic Walking ist eine Kombination aus Joggen und Gehen – für mehr Kondition und ein gutes Körpergefühl! Die Gruppe läuft bei Wind und Wetter (außer an Feiertagen). Im Sommer gibt es Touren durch den Wald, im Winter läuft man im Stadtpark.

Trainingszeiten: Montags 18.30 – 20.00 Uhr & Dienstags 08.30 – 10.00 Uhr, vor der Sportparkgaststätte.