



Welten 1 / 2023

Januar bis August

- Kinderwelt
- Jugendsport
- Freizeit- und Fitnesswelt
- Sportivo Fitness und Gesundheit



Gemeinsam bewegen!



**AALENER
SPORT
ALLIANZ**

Wir unterstützen
gemeinnützige
Projekte in unserer
Heimat.

CROWDFUNDING Viele schaffen mehr.

Morgen
kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Sie haben eine gemeinnützige Idee, aber es fehlen die finanziellen Mittel zur Umsetzung? Das können wir ändern: Veröffentlichen Sie Ihr Projekt ohne großen Aufwand auf unserer Crowdfunding-Plattform und teilen Sie Ihr Vorhaben mit vielen freiwilligen Unterstützern aus der Region.

Ganz nach dem Grundprinzip der Genossenschaftsbanken: Was einer alleine nicht schafft, das schaffen viele gemeinsam. Alle Infos unter: vrbank-ostalb.viele-schaffen-mehr.de



VIELE SCHAFFEN
MEHR

 **VR-Bank Ostalb eG**
Meine Bank!

| Sportangebot | Seite |
|--|--------------|
| Allgemeine Informationen und BGM | 2 |
| Kinderwelt | 3 |
| Feriansportcamps | 6 |
| Jugendsport | 7 |
| Schwimmschule | 8 |
| Freizeitwelt | 10 |
| Fitnesswelt | 11 |
| Wettkampfsport | 12 |
| SPORTIVO und Gruppenfitness | 13 |
| SPORTIVO Trainingszentrum | 14 |
| SPORTIVO Rehasport- und Gesundheitskurse | 15 |
| SPORTIVO Mama-Welt | 16 |

Bescheinigung anfordern. Klick.

Von überall und jederzeit auf wichtige
Dokumente zugreifen. **Jetzt downloaden!**

Als App im App Store und auf Google Play.
Oder online unter meine.aok.de



**Jetzt
registrieren**

GESUNDNAH

**AOK Baden-Württemberg
Die Gesundheitskasse Ostwürttemberg.**



Geschäftsstelle

Spielstraße 23 · 73433 Aalen · Mail info@sportallianz.com · Tel. (07361) 999 00-10 · Fax -59

Öffnungszeiten: Dienstag 16.00 bis 18.00 Uhr, Mittwoch 10.00 bis 12.00 Uhr, 17.00 bis 19.00 Uhr,
Donnerstag 16.00 bis 18.00 Uhr

Allgemeine Informationen

Mindestteilnehmerzahl pro Kurs bzw. Gruppe sind 6 Personen. Eine Aufnahmebegrenzung pro Gruppe erfolgt gemäß dem Zeitpunkt der Anmeldung für die jeweilige Gruppe und entsprechend den Hallenkapazitäten sowie der Ausstattung. Wir sind bei Kapazitätsengpässen und bei Information an die Ansprechpartner bestrebt weitere Angebote aufzubauen.

Ein zweimaliges Probetraining ist bei allen Angeboten möglich. Bambinis- (ohne Laufzwerge) und Freizeitweltangebote können über eine einmalige 10er Karte getestet werden. Anschließend ist eine Mitgliedschaft in dem jeweiligen Bereich notwendig.

Eine vorherige Anmeldung bei allen Angeboten ist erforderlich.

In den Schulferien findet in der Regel kein Übungsbetrieb statt. **Der Bereich Sportivo und Fitnesswelt bieten auch in den Ferien Angebote an. Abweichungen vom regulären Betrieb sind möglich und werden per Mail bzw. auf unserer Internetseite kommuniziert.**

Die Buchung der Fitnesswelt bzw. der Sportivo Groupfitness verstehen sich als Flatrate.

Diese Mitglieder können mit einem Beitrag an allen aufgeführten Angeboten teilnehmen.

BGM, Betriebliches Gesundheitsmanagement



Lea Grimminger

Leiterin BGM

Sportwissenschaftlerin B.A.

Ansprechpartnerin BGM

Mail: bgm@sportallianz.com

Tel. (07361) 999 00 15

Gesunde, leistungsfähige und motivierte Beschäftigte sind der Erfolgsfaktor für alle Unternehmen und Organisation. Krankheitsbedingte Fehlzeiten führen zu Zusatzbelastungen bei Vorgesetzten und Kollegen und damit direkt bzw. indirekt zu höheren Kosten sowie einer Reduktion der Erträge im Betrieb. BGM steigert die Attraktivität der Arbeitgeber.

Unsere Leistungen: Digitale Gesundheitsprogramme • Digitale bewegte Mittagspause • Sechs-wöchige digitale Wunschkompaktkurse, z.B. Kräftigung, Ausdauer, Entspannung und körperlicher Gesundheit

Sportangebote im Betrieb: Bewegte Mittagspause • Kurzprogramm für Büro- und Produktionsmitarbeiter • Kurse aus unserem Fitnessprogramm • Rehasport in Firmen

Weitere Angebote: Vorträge, Übungskatalog für Ihre Mitarbeiter, Individuelle Mitarbeiterbefragung mit Auswertung, Arbeitsplatzanalyse, Gesundheitskurse für Ihre Mitarbeiter in unseren Räumen, Teambuilding Maßnahmen, Individuelle und maßgeschneiderte Angebote für Ihr Unternehmen

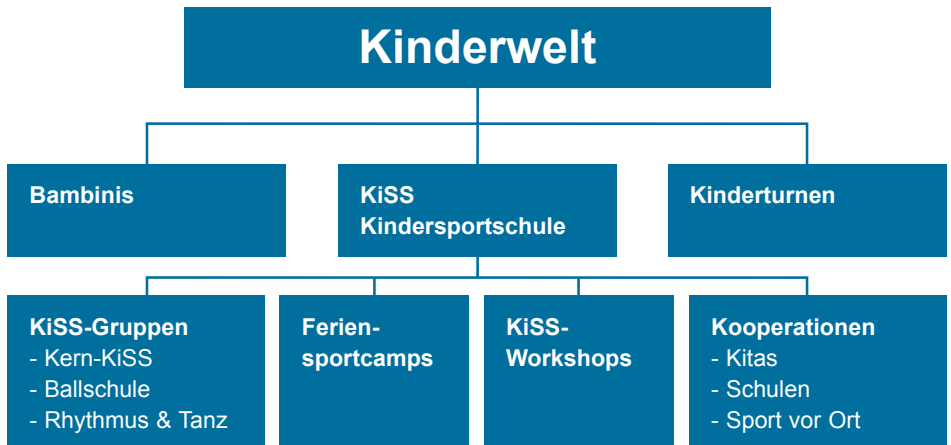
Nach den zwei pandemiegeprägten Jahren, konnten das BGM Team der Aalener Sportallianz sein Programm durch Digitale Kompaktkurse und digitale bewegte Mittagspausen erweitern und ausbauen. Die Resonanz ist durchweg positiv und die teilnehmenden Firmen nehmen stetig zu. Unseren aktuellen Partner, wie die Hochschule Aalen, Kessler & Co., Polizei Aalen, die Stadt Aalen, Firma Hensoldt und die Kreissparkasse Ostalb bestärken uns in unserem Tun. Aus diesem Grund erweitern wir für das kommende Jahr unser Portfolio an digitalen Programmen und freuen und auf das kommende Jahr 2023.

Koordinatorin Kinderwelt

Andrea Baur

Diplom Sportwissenschaftlerin
Leiterin Kinderwelt
Anmeldung und Information

Mail kinderwelt@sportallianz.com
Tel. (07361) 999 00 14

Kinderwelt


Die Kinderwelt ist die Basis der Aalener Sportallianz. Hier starten die kleinsten Sportler/innen mit bereits 4 Monaten in die ersten Bewegungserfahrungen. Bis 3 Jahre lernen die Kinder in der Abteilung Bambinis erste Körper-, Rhythmus, und Materialerfahrungen. Weiter geht die motorische Entwicklung ab 3 Jahren in den Abteilungen Kindersportschule (KiSS) und Kinderturnen (KiTu).

Je nach Sportart erfolgt als nächster Schritt das spezifische Training in den Wettkampfsportabteilungen im Vorschul- oder späteren Schulalter. Qualifizierte ehren- und hauptamtliche Sportfachkräfte kümmern sich um eine positive Entwicklung aller ihr anvertrauten Kinder.

Gemeinsame Aktionen der Kinderwelt Januar – Juli 2023

- Faschingsdisco
- Young Power Day
- Ostereier-Suche
- Flohmarkt
- Familiensportabzeichen-Tag
- Sommerfest

Weitere Infos zu unserer Kinderwelt unter aalener-sportallianz.de/kinderwelt

Ansprechpartnerin Abteilung Bambinis – Anmeldung und Information



Barbara Henne

Abteilungsleiterin Bambinis

Mail bambinis@sportallianz.com

Tel (07361) 999 00 14

Bambinis (4 Monate bis 3 Jahre)

Die Gruppen der Bambinis:

Krabbelkäfer

Mit gerade einmal 4 Monaten sind die Babys reif zur Teilnahme. Über Beobachten der anderen Kinder, Fingerspiele, Singen, Kniereiter oder den Parcours erkunden können die Käferle erste Momente in Gemeinschaft von Gleichaltrigen verbringen. Zunächst in der Beobachterrolle und dann Schritt für Schritt aktiv im Geschehen.

Laufzwerge

Ab dem sicheren Laufalter schließen sich, je nach Entwicklung/Bedarf, die LAUFZWERGE an. Das Eltern-Kind-Turnen bietet den 1–3 jährigen einen umfassenderen Bewegungsparcours, erste Erfahrungen im Umgang mit Bällen, Seilen oder dem Schwungtuch. Wir Tanzen, Singen und tun alles dafür, um am Ende der Stunde glückliche Kindergesichter nach Hause entlassen zu können.

Windelrocker

Ein weiterer Zweig der Bambinis bilden im rhythmischen Bereich unsere Windelrocker. In der Gruppe, in der Kinder ab dem sicheren Laufalter teilnehmen können, dürfen die Kleinen erste Erfahrungen mit Rhythmus, Tanz, Instrumental und gemeinsamer Bewegung sammeln. Die Eltern-Kind-Tanzgruppe ist aktuell im Aufbau und erfreut sich jederzeit über Zuwachs.

Inklusion

Uns liegt am Herzen ALLEN Kindern die Freude am Sport zu vermitteln. Deshalb ist es unser Ziel BESONDERE Kinder verstärkt in unsere Bambini-Gruppen zu integrieren.

Durch die Eltern-Kind-Aktivität sind bei den Bambinis ideale Gegebenheiten vorhanden. Kommen Sie bei Fragen gerne auf uns zu.

Schnuppern ist in allen Gruppen nach Voranmeldung jederzeit möglich!

Weitere Infos zu der Abteilung Bambinis unter aalener-sportallianz.de/bambinis

Ansprechpartner/in Abteilung KiSS – Anmeldung und Information



Tina Böhle

Sportwissenschaftlerin M.Sc.
Abteilungsleiterin KiSS
Ansprechpartnerin Kern-KiSS,
Rhythmus & Tanz, KiSS-Workshops

Mail kiss@sportallianz.com
rt@sportallianz.com
workshops@sportallianz.com
Tel. (07361) 999 00 14



Philipp Heidemann

Sportökonom B. Sc.
Ansprechpartner
Ballschule und
Feriensportcamps

Tel. (07361) 999 00 14

Mail ballschule@sportallianz.com
feriensportcamps@sportallianz.com

Abteilung KiSS (3 bis 10 Jahre)

Kindersportschule (KiSS) – ein vielfältiges und qualitativ hochwertiges Sportangebot für Kinder von 3 – 10 Jahren.

Unsere KiSS bietet neben ihren KiSS-Gruppen in den Bereichen Kern-KiSS, Ballschule und Rhythmus & Tanz auch Feriensportcamps sowie Workshops an und ist zudem Kooperationspartner von Schulen und Kitas.

Weitere Informationen und Aktuelles zur KiSS finden sie auf unserer Webseite unter aalener-sportallianz.de/kiss

Unsere KiSS-Gruppen:

Kern-KiSS

In der Kern-KiSS sind die Kinder im Alter von 3–10 Jahren immer nach Jahrgängen in den Gruppen mit max. 15 Kindern zusammen eingeteilt. Sie werden von einer ausgebildeten Sportfachkraft in den motorischen Grundlagen aller Sportarten ausgebildet. Hier verfolgt die KiSS ihr Motto: „Früh beginnen, rechtzeitig spezialisieren!“ Die Kinder lernen im KiSS-Unterricht die vielfältige Bandbreite aller Sportarten kennen und lernen die Grundlagen, um später in die gewünschte Wettkampfsportabteilung zu wechseln. Neben den koordinativen und konditionellen Fähigkeiten werden auch sportartspezifische Fertigkeiten spielerisch vermittelt.

Informationen und Anmeldung zum Schnuppern bei Tina Böhle unter kiss@sportallianz.com

Ballschule

Die Ballschule ist für ballbegeisterte Kinder im Alter von 3-10 Jahren genau das Richtige. Hier erfolgt ein optimaler Einstieg in die Welt der Sportspiele. Die ausgebildeten Sportfachkräfte arbeiten nach der wissenschaftlichen Methode der Heidelberger Ballschule.

Informationen und Anmeldung zum Schnuppern bei Philipp Heidemann unter ballschule@sportallianz.com

Rhythmus & Tanz

In unseren Rhythmus & Tanz-Gruppen wird die Basis für alle Rhythmus sportarten gelegt. Ab 4 Jahren können die Kinder in diesen Stunden ihre Körperhaltung, Koordination, Beweglichkeit und ihren Rhythmus schulen.

Informationen und Anmeldung zum Schnuppern bei Tina Böhle unter rt@sportallianz.com

KiSS-Camps (6 bis 13 Jahre)*

Ihre Kinder haben keine Lust, während den Ferien gelangweilt zuhause zu sitzen?

Sie wollen aktiv sein, Spaß haben und dabei noch etwas lernen? Dann sind die Feriensportcamps der Aalener Sportallianz genau das Richtige! Fünf Tage die Woche, jeweils von 7.30 bis 16.30 Uhr in den Oster-, Pfingst-, Sommer- und Herbstferien, betreuen wir Kinder im Alter von 6 bis 13 Jahren.

Rund um unser Sportzentrum im Rohrwang werden den Kindern jede Menge Spaß, Action und Abwechslung geboten. Die sportpädagogische Betreuung erfolgt durch erfahrene Dipl.-Sportwissenschaftler/-innen, Sport- und Gymnastiklehrer/-innen und lizenzierte Übungsleiter/-innen. Den Kindern soll Lust und Spaß an Bewegung und am gemeinsamen Erleben vermittelt werden und auch Trendsportarten stehen neben freiem und angeleitetem Spielen auf dem Programm. Kooperationen mit den Abteilungen ermöglicht den Kindern zudem ein Einblick in unseren vielfältigen Abteilungssport.

Die Kinder werden durch unsere Vereingaststätte voll gepflegt (Frühstück, Mittagessen, Mittagssnack).

Die Fakten und Termine auf einen Blick:

KiSS-Camps der Aalener Sportallianz für Kinder im Alter von 6-13 Jahre im Sportzentrum Rohrwang

Betreuungszeit von 7.30 – 16.30 Uhr

Verpflegung inkl. Frühstück, Mittagessen und Nachmittagssnack

Osterferien: 11.-14.4.2023

Pfingstferien: 30.05.-02.06.2023

Sommerferien: Woche 1: 31.7.-4.8.2023

Woche 2: 7.8.-11.8.2023

Sommerferien: Woche 5: 28.8.-1.9.2023

Woche 6: 4.-8.9.2023

Herbstferien: ganztägige Workshops

am 30.10.2023 und 31.10.2023

Sportzentrum Hirschbach findet ein Fußballcamp in der 4. Ferienwoche statt.

Kontakt fussball@sportallianz.com

Weitere Informationen zu den KiSS-Camps erhalten Sie bei Philipp Heidemann unter feriensportcamps@sportallianz.com

Anmeldung erfolgt online über aalener-sportallianz.de/feriensportcamps

KiSS-Workshops

Die Fakten und Termine auf einen Blick:

Unser vielfältiges Angebot richtet sich an Kinder zwischen 4 und 15 Jahren. Termine: ein Samstag im Monat · Dauer der Workshops: ca. 3 Stunden · Die Workshops finden im Raum Aalen statt.

Ringen und Raufen

Ausdauer und Selbstvertrauen sammeln

Inliner

Erlernen von Kurvenfahren, sicherem Bremsen und richtiger Falltechnik

Waldtag

Die Natur mit allen Sinnen hautnah erleben und kennenlernen

Akrobatik

Erlernen von Pyramiden, Partnerbalancen und turnerischen Elementen

Weihnachtszirkus

Manege frei für ein kunterbuntes Programm

Alle weiteren Workshops und Informationen erhalten Sie bei Tina Böhle unter workshops@sportallianz.com · Anmeldung erfolgt online über aalener-sportallianz.de/workshops

Weitere abgeschlossene KiSS-Kurse (10 Einheiten)

Kinder-Yoga (Alter: 5-8 J.)

10 Einheiten ab dem 02.03.2023

Donnerstags von 17.00-18.00 Uhr

Gymnastikraum im Hallenbad

Selbstverteidigung

Kennenlernen der eigenen Möglichkeiten und Grenzen

Ansprechpartner Abteilung Kinderturnen – Anmeldung und Information



Yusif Jafarov

Abteilungsleiter Kinderturnen

Mail kinderturnen@sportallianz.com

Tel.: (07361) 999 00 14

Abteilung Kinderturnen (3 bis 10 Jahre)

Die Gruppen im Kinderturnen:

Springmäuse

Im Kinderturnen starten wir mit den Springmäusen im Alter von 3–5 Jahren. Die Kinder erwartet in den Stunden tolle Bewegungsparcours, erste Erfahrungen mit Spielen in der Gruppe und deren Regeln, Turnen nach Bewegungsvorgaben, Tanzen und den Rhythmus spüren und vieles mehr.

Speedies

Mit 6 Jahren stehen dann die Türen zu den Speedies offen. Zu den fordernden Parcours schnuppern die Kinder in verschiedene Sportarten wie Hockey, Badminton oder auch Leichtathletik. Teamspiele mit- und gegeneinander gehören in jede Stunde.

Mädchenturnen

Eine besondere Gruppe im Bereich Kinderturnen stellt die **Mädchenturngruppe** dar. Mädels im Alter ab 6 Jahren können einmal die Woche ohne Wettkampfbezug turnen. Abgerundet wird die Stunde mit Spielen, Bewegungsschulungen und vielem mehr.

Kindertanz

Im Bereich Kindertanz wollen wir Angebote schaffen, in denen sich die Kleinsten (3–5 Jahre) im Bereich Musik und Rhythmus bewegen, erste Choreographien erarbeiten und ein wenig Auftrittsluft schnuppern dürfen. Wir bieten in der Altersstufe verschiedene Gruppen an, wobei sich jede Gruppe durch ihre eigene "Besonderheit" auszeichnet.

In die Stunde der **Tanzmäuse** sind Elemente der rhythmischen Sportgymnastik, sowie verschiedene Handgeräte (Band, Ball, Reifen, Seil, ...) integriert. Bei den **Tanzsternchen** sind es die gemeinsamen Singspiele, die prägen.

Jugendsport

Jugendsportgruppe ab 11 Jahren.

Mittwoch 17.30–18.45 Uhr

Karl-Weiland-Halle

Weitere Infos zur Abteilung Kinderturnen erhalten Sie unter aalener-sportallianz.de/kinderturnen

Ansprechpartner Schwimmschule – Anmeldung und Information



Johannes Gärtner
Sportwissenschaftler B.A.
Leiter Schwimmschule
Mail schwimmschule@sportallianz.com
Tel. (07361) 999 00 16



Barbara Henne
Kordinatorin
Schwimmschule
Mail schwimmschule@sportallianz.com
Tel. (07361) 999 00 16

Schwimmschule (3 bis 99 Jahre)

Für ein gutes und sicheres Bewegen im Wasser für alle Altersklassen. Die einzige zertifizierte Schwimmschule in der Region bietet verschiedenste Schwimmkurse in den Hallenbädern in Aalen und Ebnat an. Informationen und Anmeldung über unsere Internetseite www.aalener-sportallianz.de und unsere Ansprechpartner.



| Sportbereich | Beschreibung | Alter |
|------------------|---|-------------|
| Die Kaulquappen | Wassergewöhnung | ab 3 Jahre |
| Die Frösche | Schwimmkurs | ab 4 Jahre |
| Die Seepferdchen | Schwimmkurs Anfänger Plus | |
| Die Otter | Schwimmkurs Fortgeschrittene 1 | |
| Die Biber | Schwimmkurs Fortgeschrittene 2 | ab 5 Jahre |
| | Schwimmkurs Jugendliche und Erwachsene | ab 11 Jahre |
| | Stilschulung Kraul-/Brust-/Rückenschwimmen | |
| | Individuelle Schwimmkurse für 1 oder 2 Personen | |

Der Einstieg in das Schwimmen als Wettkampfsport erfolgt über die Schwimmschule.

Du willst mal so richtig heizen?



Wir
regeln
das!

becker

Solar | Bad | Heizung | Flaschnerei

becker GmbH & Co. KG

Julius-Bausch-Straße 32 | 73431 Aalen

Tel: 07361.34 988 Mail: service@becker-aalen.de

www.becker-aalen.de

Staatlich anerkannte Heilquelle

**Therme
Sauna
Wellness
Physikalische
Therapie**

**LIMES-
THERMEN
AALEN**



**Auszeit
vom Alltag.**

Limes-Thermen Aalen | Osterbacher Platz 3 | 73431 Aalen | Telefon 07361 9493-0 | www.limes-thermen.de

 **Stadwerke Aalen
Bäder & Freizeit**

Für Sie
am Werk.

Ansprechpartnerin Freizeit- und Fitnesswelt – Anmeldung und Information



Gabriele Kirn

Abteilungsleiterin Freizeit- und Fitnesswelt

Mail freizeitwelt@sportallianz.com

Tel. (07361) 999 00 12

„Fit werden
und fit bleiben“

Freizeit

Fit werden und fit bleiben – unser breites Bewegungsangebot im Freizeitsport

| Sportbereich | Beschreibung | Beginn | Ort |
|---------------------|---|--|----------------------------------|
| F.I.T - Fit im Team | Flowing Moves | Mo 19:00–20:00 | THG-Gym |
| | „Gymnastik für Männer und Frauen Jedermänner“ ¹⁾ | Fr 19:00–20:00 | Rohrwangstadion |
| | | Fr 19:00–19:45 | Karl-Weiland-Halle ²⁾ |
| | „Freizeitbasketball Jedermänner“ | Fr 20:00–21:00 | Rohrwang Stadion ¹⁾ |
| | | Fr 19:45–20:30 | Karl-Weiland-Halle ²⁾ |
| | „Freizeitfußball Jedermänner“ | Fr 20:00–21:00 | Rohrwang Stadion ¹⁾ |
| | | Fr 19:45–20:30 | Karl-Weiland-Halle ²⁾ |
| Sport- abzeichen | Training und Abnahme | auf Anfrage | Rohrwang-Stadion |
| | | Anmeldung bei Gerhard Steinhilber Tel. 07361 62702 | |
| Lauftreff | Lauf- und Walkingtreff | Mo 18:30–20:00 | Rohrwang |
| | Lauftreff | Mi 18:00–20:00 | Rohrwang |

Altersgerechte Bewegung für aktive Senioren

| | | | | |
|-----------------------|-----------------------------------|--|-----------------|--------------------------------|
| F.I.T. Fit im team | „Männerturnen Gym.+Faustball“ | Mi 20:00–21:30 | THG-Turnhalle | |
| | „Senioren 2. Weg Gymnastik“ | Fr 19:00–21:00 | Galgenberghalle | |
| | „Fit&Gesund mit Christina“ | Mo 09:30–10:30 | Spiesel Halle | |
| | Flowing Moves | Mo 19:00–20:00 | THG-Gym | |
| | „Fit&Gesund mit Erika“ | Di 18:30–19:30 | THG-Turnhalle | |
| | „Fit&Gesund mit Frederike“ | Mi 09:00–10:00 | Spiesel Halle | |
| | | Mi 10:00–11:00 | Spiesel Halle | |
| | „Fit&Gesund Frauen mit Anneliese“ | Do 17:00–18:00 | Spiesel Halle | |
| | „Fit&Gesund Männer mit Frederike“ | Fr 09:00–10:00 | Spiesel Halle | |
| | Rad- und Freizeitgruppe | auf Anfrage Gebhard Neufischer Tel. 07361 32622 | | |
| Sport- abzeichen | Training und Abnahme | Tischtennis | Mo 16:00–18:00 | Rohrwang UG |
| | | | Do 10:00–12:00 | Rohrwang UG |
| | | auf Anfrage | | Rohrwang-Stadion ³⁾ |
| | | Anmeldung bei Gerhard Steinhilber Tel. 07361 62702 | | |

1) Apr – Sep 2) Okt – Mär 3) Beginn Frühjahr

Wettkampfsportabteilungen

Mit Disziplin, Einsatz und Respekt zum sportlichen Erfolg in unseren Wettkampfabteilungen

| Sportbereich | Ansprechpartner / in (Abteilungsleiter / in) | Mail |
|-------------------|--|---------------------------------|
| Aikido | Karl Köppel | aikido@sportallianz.com |
| American Football | Jan-Philipp Hammer | football@sportallianz.com |
| Badminton | Benjamin Ziegler | badminton@sportallianz.com |
| Baseball | Mile Cavar | baseball@sportallianz.com |
| Basketball | Thomas Eberlein | basketball@sportallianz.com |
| Bogenschießen | Frank Holzapfel | bogenschießen@sportallianz.com |
| Cheerleading | Michaela Henninger | cheerleader@sportallianz.com |
| Cricket | Abhijit Deshpande | cricket@sportallianz.com |
| Fechten | Bernd Milde | fechten@sportallianz.com |
| Fußball | Anna Warnecke | fussball@sportallianz.com |
| Gym & Dance | Monika Dietrich-Lutz | gym@sportallianz.com |
| Handball | Hans-Jörg Bürgermeister | handball@sportallianz.com |
| Leichtathletik | Fabian Aichele | leichtathletik@sportallianz.com |
| Schwimmen | Dietmar King | schwimmen@sportallianz.com |
| Ski | Christoph Winter | ski@sportallianz.com |
| Sportakrobatik | Susanne Gentner | sportakrobatik@sportallianz.com |
| Taekwondo | Hans Leberle | taekwondo@sportallianz.com |
| Tanzen | Maritta Böhme | tanzen@sportallianz.com |
| Tennis | Wolfgang Lutz | tennis@sportallianz.com |
| Tischtennis | Holger Weik | tischtennis@sportallianz.com |
| Triathlon | Christian Weber | triathlon@sportallianz.com |
| Turnen | Nora Klima | turnen@sportallianz.com |
| Volleyball | Frieder Henne | volleyball@sportallianz.com |

Das kulinarische Trio der Aalener Sportallianz

**Besuchen Sie
unsere Vereins-
gaststätte im:**

Hirschbach
Hirschbachstr. 70
73431 Aalen
Tel. (07361) 500 69 44

Rohrwang
Stadionweg 11
73431 Aalen
Tel. (07361) 422 00

Spiessel (Tenniszentrum)
Spiesselstraße 27
73433 Aalen
Tel. (07361) 745 33

Gutbürgerliche Küche für alle Anlässe – wir freuen uns auf Sie!



Impressum

Herausgeber

Aalener Sportallianz e.V.
Spiesselstraße 23, 73433 Aalen

Tel. (07361) 999 00 0
Mail info@sportallianz.com

Druck

Wahl Druck, Aalen
Werbeanzeigen
Thomas Meyer, Dietmar King

Redaktion, Layout und Erstellung

Thomas Meyer

Schindler Kommunikation + Design,
Ulm

Bildnachweis

Titelseite: @Photographee.eu – stock.
adobe.com, @Rido – stock.adobe.com

Für den Inhalt ist die Aalener Sportallianz e.V. bzw. seine Abteilungen selbst verantwortlich. Änderungen bleiben vorbehalten. Die Redaktion übernimmt keine Gewähr für die Richtigkeit des Inhalts.

Ansprechpartner SPORTIVO



Julia Jeutner

Sportwissenschaftlerin M.A.
Leiterin SPORTIVO

Mail:
julia.jeutner@sportallianz.com
Tel. (07361) 999 00 19



Felix Haas

Fitnessstraining B.A.
Stellv. Leiter SPORTIVO

Mail:
felix.haas@sportallianz.com
Tel. (07361) 999 00 19

SPORTIVO

Herzlich Willkommen bei der Abteilung **SPORTIVO**! Lerne unsere **SPORTIVO** Bereiche mit unterschiedlichen Schwerpunkten kennen:

Das gerätegestützte Trainingszentrum in Wasseraalpingen, das Gruppenfitnessprogramm im Sportzentrum Rohrwang und unsere vielseitigen Gesundheitsangebote.

Stöbere durch unter Angebot unter: www.sportivo-aalen.de

SPORTIVO Gruppenfitness

Das Sportivo Gruppenfitness bietet dir ein **Motivierendes, inspirierendes, ergebnisorientiertes Gruppenfitnessstraining** unter **professioneller Anleitung**. Dabei spielt es keine Rolle, ob du Beginner oder Fortgeschrittener bist. Dein Schritt zu mehr **Beweglichkeit, Kraft und Koordination** wird von unseren **lizenzierten Instruktor:innen** angeleitet. Diese vermitteln dir in aufregenden **wöchentlichen Workouts** oder **regelmäßigen Fitnessereignissen** unter stets aktueller Musik ein neues Körpergefühl.

Tarife ab 19,90€ zzgl. Hauptvereinsbeitrag

Aktuelle Informationen zu den Kursen und Kurszeiten: www.sportivo-aalen.de

SPORTIVO Gruppenfitness

Sportzentrum Rohrwang, Halle 4
Stadionweg 11
73430 Aalen

Kurszeiten:

Mo-Fr ab 17.00 Uhr
Sa 10.00 – 12.00 Uhr
Monatsspezial: 06.30 Uhr

| MONTAG | DIENSTAG | MITTWOCH | DONNERSTAG | FREITAG | SAMSTAG |
|---|--|---|--|--|--|
| LES MILLS BODYPUMP 17.30 – 18.30 Uhr | OUTDOOR BOOTCAMP 17.30 – 18.30 Uhr | HIIT 17.30 – 18.00 Uhr | Monatsspezial Jeden ersten Donnerstag im Monat LES MILLS BODYBALANCE 06.30 – 07.30 Uhr | LES MILLS BODYPUMP 17.00 – 18.00 Uhr | LES MILLS BODYPUMP 10.00 – 11.00 Uhr |
| CORE WORK 18.30 – 19.00 Uhr | LES MILLS BODYPUMP 18.30 – 19.30 Uhr | LES MILLS BODYPUMP 18.00 – 19.00 Uhr | LES MILLS BODYCOMBAT 18.30 – 19.30 Uhr | CORE WORK 18.00 – 18.30 Uhr | ZUMBA 11.00 – 12.00 Uhr |
| LES MILLS BODYBALANCE 19.00 – 20.00 Uhr | LES MILLS BODYCOMBAT 19.30 – 20.30 Uhr | LES MILLS BODYBALANCE 19.00 – 20.00 Uhr | FUNCTIONAL BODYWEIGHT 19.30 – 20.30 Uhr | SYNRGY360 18.30 – 19.30 Uhr | |

Ansprechpartner SPORTIVO Trainingszentrum und SPORTIVO Gruppenfitness



Dominic Boland

Sportökonom B.A.
Teamleitung
SPORTIVO Trainingszentrum

Mail sportivo@sportallianz.com
Tel. (07361) 999 00 19

SPORTIVO Trainingszentrum

Gesundheits-, Kraft-, Ausdauer- oder sportartspezifisches Athletiktraining – unser Angebot ist so individuell wie du! **Ab 19,90 €** zzgl. Hauptvereinsbeitrag bietet das SPORTIVO Trainingszentrum dir:

- Individuelle zielorientierte **Trainingsplanung** u. **Betreuung** an 6 flexiblen Trainingstagen in der Woche in einer **familiären und professionellen Atmosphäre**.
- **Zertifizierte Kurse** an **Kraft-/ Ausdauer-Geräten** sowie am **SYNRGY 360°**.

Buche noch heute dein **kostenloses** und unverbindliches Probetraining!

Mail: sportivo@sportallianz.com

Tel.: (07361) 999 00 19

Homepage: www.sportivo-aalen.de

SPORTIVO Trainingszentrum

Sportzentrum Spiesel
Spieselstraße 23
73433 Aalen

Öffnungszeiten: Mo-Fr 07:00–21:00 Uhr
Sa 10:00–14:00 Uhr



Mehr Informationen zu den Kursen und Kurszeiten: www.sportivo-aalen.de

Ansprechpartner SPORTIVO Rehasport



Julia Jeutner

Sportwissenschaftlerin M.A.
Stellv. Leiterin SPORTIVO

Mail sportivo@sportallianz.com
Tel. (07361) 999 00 19

SPORTIVO Rehasport

Verbessere **durch gezieltes Training** deine Bewegungsfähigkeit, den Verlauf von Erkrankungen/Verletzungen und **beeinflusse** somit **positiv** deinen Alltag. Rehasport wird in den Themenfeldern **Orthopädie, Onkologie und Innere Medizin** angeboten. Dein **VORTEIL**:
Keine Mitgliedschaft, keine Kosten! Du benötigst nur ein **Rezept** vom Arzt.



SPORTIVO Gesundheitskurse

Eine große Auswahl an **Gesundheitskursen** zu den Themenfeldern

- Kraft/Ausdauer,
- Entspannung und
- Bewegung (er-)leben.

Stöbere durch unser Angebot, finde den für dich **passenden Kurs** und **fördere** mit **Bewegung** und **Spaß** deine **Gesundheit**. Dein **VORTEIL**:

Keine Mitgliedschaft! Außerdem wird ein **Großteil** unserer Kurse **von der Krankenkasse gefördert**.

SPORTIVO Gesundheit

Standort: Kurse finden in allen Standorten der ASA statt.

Alle aktuellen Informationen und Kursangebote unter:

www.sportivo-aalen.de/gesundheit/sportivo@sportallianz.com • Tel. (07361) 999 00 19
Kursangebote in den Bereichen: Rehasport, Gesundheitskurse, Mama-Welt



Ansprechpartner SPORTIVO Mama-Welt



Nicole Abele

Gesundheitsförderung B.A.
Teamleitung SPORTIVO
Gesundheit – Bereich Mama-Welt

Mail sportivo@sportallianz.com
Tel. (07361) 999 00 19

SPORTIVO Mama-Welt

Die Mama-Welt bietet dir ein **vielseitiges Kursangebot**, in den drei Phasen

- Schwangerschaft,
- Rückbildung/Beckenbodengymnastik und
- Mama-Fitness.

Aufeinander aufbauende Kurseinheiten ermöglichen dir einen **zielgerichteten** und **angepassten Einstieg** in den bewegten Mama-Alltag und unterstützen den **beckenbodenschonenden** Wiedereinstieg in den Sport. Unser kompetentes Team aus Physiotherapeutinnen, Sportwissenschaftlerinnen und Trainerinnen, welche sich auf die Bereiche **prä- und postnatales Training spezialisiert** haben, betreut und berät dich gerne. Also, los geht's!

Mehr Informationen zur Mama-Welt: <https://www.sportivo-aalen.de/gesundheit/>



WIR STEMMEN ALLES:
Gestaltung
Druck
Weiterverarbeitung
Versand
mehr unter: www.wd-mediengruppe.de

wd mediengruppe





Mannschaftsdienlich.

Der EQV. Bei Widmann.

EQV 300 | WLTP: Stromverbrauch in kWh/100 km (kombiniert): 30,2-27,6;
CO₂-Emissionen in g/km (kombiniert): 0.^{[1][2]}

[1] Stromverbrauch wurde auf Grundlage der VO 2017/1151/EU ermittelt.

[2] Weitere Informationen zum offiziellen Kraftstoffverbrauch und zu den offiziellen spezifischen CO₂-Emissionen neuer Personenkraftwagen können dem „Leitfaden über den Kraftstoffverbrauch, die CO₂-Emissionen und den Stromverbrauch neuer Personenkraftwagen“ entnommen werden, der an allen Verkaufsstellen und bei der DAT Deutsche Automobil Treuhand GmbH (www.dat.de) unentgeltlich erhältlich ist.

MERCEDES-EQ



Anbieter: Mercedes-Benz AG, Mercedesstraße 120, 70327 Stuttgart

widmann

Autohaus Bruno Widmann GmbH & Co. KG, Autorisierter Mercedes-Benz Verkauf und Service
in Aalen, Eiltwangen, Crailsheim, Schwäbisch Hall und Künzelsau, mit Vertriebsstützpunkten in Ansbach und Rothenburg o.d.T.
73431 Aalen, Carl-Zeiss-Straße 49, Telefon 07361 5703 - 0, www.widmannbewegt.de



AUCH
im Ärztehaus
West



IHR WOHLBEFINDEN IN GUTEN HÄNDEN: BEI PHYSIO FRANK.

Ihr Physiotherapeut in Wasseralfingen und
Hofherrnweiler. Wir freuen uns auf Sie.



Weilerstraße 8, 73434 Aalen-Hofherrnweiler
Telefon 07361 5552373
hofherrnweiler@physio-frank.de

Wilhelmstraße 37, 73433 Aalen-Wasseralfingen
Telefon 07361 8122555
wasseralfingen@physio-frank.de

www.physio-frank.de