

IHR SPORTVEREIN IN SIEMENSSTADT



WERDEN SIE MIT UNS AKTIV!

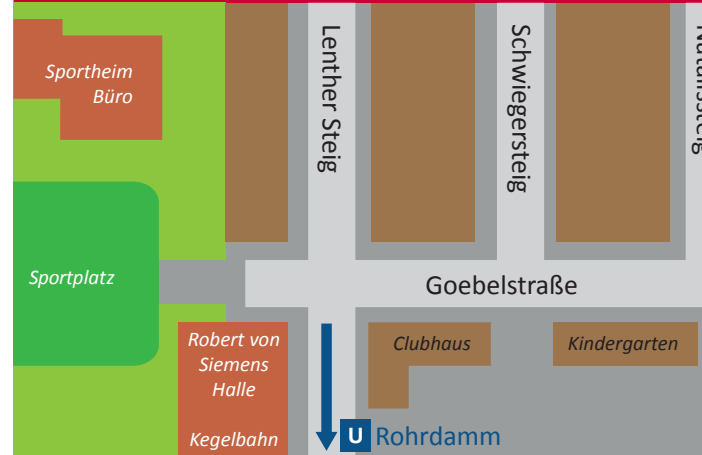
FITNESS

SPIEL

GESUNDHEIT

SPASS

Hier finden Sie die SG Siemens Berlin e.V.



Ihre Anmeldung erfolgt wahlweise:

- per Post über das Anmeldeformular
- persönlich vor Ort im Büro, Sportheim Goebelstr. 151, Mo-Fr 9:00-16:00 Uhr
- telefonisch: 854 00587, Fax: 854 00590
- über www.sg-siemens.de

Sie können bei uns
das **Deutsche Sportabzeichen** erwerben.

SG Siemens Berlin e.V.
Goebelstraße 151
13629 Berlin

Vereinskonto: SG Siemens Berlin e.V.
KontoNr.: 840006306
BLZ: 10050000 - Berliner Sparkasse

Unser weiteres Angebot
und nähere Informationen unter
www.sg-siemens.de

Kegeln in Siemensstadt

Eine 8 Bahnanlage, die zu privaten oder auch für den Wettkampfbetrieb genutzt werden kann. Eine große Sommerterrasse ist vorhanden. Für Getränke und den kleinen Hunger wird gesorgt.

Bahnpreise auf Anfrage

Telefon: (030) 854 00 545

Robert von Siemens Halle
Lenthaler Steig 7, 13629 Berlin

Parkplätze sind vorhanden

U-Bahn U7 Rohrdamm oder Siemensdamm + 5 min Fußweg

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 10:00 - 22:00 Uhr
Samstag und Sonntag 8:00 - 16:00 Uhr
für Veranstaltungen auch länger



Aerobic

Der schwingvolle Start ins Wochenende

Trainingszeit: **Samstag 10:00-11:30 Uhr**

Ort: **Siemens-Sportheim * Goebelstr. 151 * 13629 Berlin-Siemensstadt**

Monatlich: **Grundbeitrag 12 € * Abteilungsbeitrag 8 €**



Fit & Aktiv

Das abwechslungsreiche Sportprogramm für jedermann

Trainingszeiten: **Di 16:00-17:30 + Do 16:00-17:30 / 17:30-19:00 Uhr**

Ort: **Robert von Siemens-Halle * Lenthaler Steig 7 * 13629 Berlin-Siemensstadt**

Monatlich: **Grundbeitrag 12 € * Abteilungsbeitrag 9 €**



Senioren Gymnastik

Für alle, die fit sein wollen

Trainingszeiten: **Mittwoch 10:00-11:00 / 11:15-12:15 Uhr**

Ort: **Siemens-Sportheim * Goebelstr. 151 * 13629 Berlin-Siemensstadt**

Monatlich: **Grundbeitrag 12 € * Abteilungsbeitrag 6 €**



Badminton

Das Rückschlagspiel

Trainingszeit: **Freitag 18:00-21:30 Uhr**

Ort: **Robert von Siemens-Halle * Lenthaler Steig 7 * 13629 Berlin-Siemensstadt**

Monatlich: **Grundbeitrag 12 € * Abteilungsbeitrag 4 €**



Fußball

Gesucht werden Spieler, Spieler, Spieler

Trainingszeiten: **täglich nach Absprache**

Ort: **Rasenplatz Ligaformat/Kleinfeld * im Winter: Robert von Siemens-Halle**

Monatlich: **Grundbeitrag 12 € * Abteilungsbeitrag 2 €**



Sport und Gymnastik

Bewegungsprogramm für Ausdauer, Kraft & Koordination

Trainingszeit: **Montag 17:30-19:00 Uhr**

Ort: **Robert von Siemens-Halle * Lenthaler Steig 7 * 13629 Berlin**

Monatlich: **Grundbeitrag 12 € * Abteilungsbeitrag 6 €**



Basketball

Das Runde muss in den Korb

Trainingszeit: **Sonntag 8:00-11:00 Uhr * nach Absprache**

Ort: **Siemens-Sportheim * Goebelstr. 151 * 13629 Berlin-Siemensstadt**

Monatlich: **Grundbeitrag 12 € * Abteilungsbeitrag 1 €**



Herz-Kreislauf

Das Trainingsprogramm für Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit

Trainingszeiten: **Mo 16:00 - 17:30 (Männer) * Do 16:30 - 18:00 Uhr (Frauen)**

Ort: **Robert von Siemens-Halle * Lenthaler Steig 7 * 13629 Berlin-Siemensstadt**

Monatlich: **Grundbeitrag 12 € * Abteilungsbeitrag 8 €**



Suisha-Ryu

Der Weg ist das Ziel

Trainingszeit: **Freitag 19:00-21:30 Uhr**

Ort: **Siemens-Sportheim * Goebelstr. 151 * 13629 Berlin-Siemensstadt**

Monatlich: **Grundbeitrag 12 € * Abteilungsbeitrag 1 €**



Fitness - Studio

Ihr individuelles Trainingsprogramm

Unser Fitness-Studio steht Ihnen wochentags von 09:00-21:45 Uhr und am Wochenende von 8:00-16:00 Uhr für Ihr Training zur Verfügung.

Sie trainieren an luftgesteuerten Kraftmaschinen, an freien Hanteln oder stärken Ihre Ausdauer im Ergometerraum.

Unsere qualifizierten Trainer erstellen mit Ihnen einen persönlichen Trainingsplan, der fortlaufend an Ihre Bedürfnisse angepasst wird.

Trainingszeiten: **Montag bis Freitag 9:00-21:45 Uhr**

Samstag und Sonntag 8:00-16:00 Uhr

Ort: **Siemens-Sportheim * Goebelstr. 151 * 13629 Berlin-Siemensstadt**

Monatlich: **Grundbeitrag 12 € * Abteilungsbeitrag 4 €**



Jazz Tanz

Training für Figur, Kreislauf, Körper und Seele

Trainingszeit: **Mittwoch 19:45-21:30 Uhr**

Ort: **Siemens-Sportheim * Goebelstr. 151 * 13629 Berlin-Siemensstadt**

Monatlich: **Grundbeitrag 12 € * Abteilungsbeitrag 1 €**



Tischtennis

Mit und ohne Wettkampfbeteiligung

Trainingszeiten: **Mittwoch 16:00-19:45 Uhr * täglich nach Absprache**

Ort: **Siemens-Sportheim * Goebelstr. 151 * 13629 Berlin-Siemensstadt**

Monatlich: **Grundbeitrag 12 € * Abteilungsbeitrag 1 €**



Nordic Walking

Mit Nordic Walking können Sie und Ihre Gesundheit nur gewinnen

Trainingszeiten: **Di 14:15-15:45 / 17:45-19:15 + Do 14:15-15:45 Uhr**

Ort: **Sportplatz * Volkspark Jungfernheide**

Monatlich: **Grundbeitrag 12 € * Abteilungsbeitrag 3 €**



Volleyball

Wir brauchen Verstärkung

Trainingszeiten: **Mo 20:00-21:45 + Di 17:00-21:45 + So 11:00-13:00 Uhr**

Ort: **Siemens-Sportheim * Goebelstr. 151 * 13629 Berlin-Siemensstadt**

Monatlich: **Grundbeitrag 12 € * Abteilungsbeitrag 1 €**



Segeln

Von Regattasportlern und Fahrtenseglern

Trainingszeiten: **nach Absprache, 2 Segelboote, 1 Motorboot**

Ort: **Siemens-Sportheim * Goebelstr. 151 * 13629 Berlin-Siemensstadt**

Monatlich: **Grundbeitrag 12 € * Abteilungsbeitrag 10 €**



Yoga

Koordination von Atem und Bewegung

Trainingszeiten: **Mo 10:30-12:00 / 15:30-17:00 / 17:00-18:30 / 18:30-20:00**

Ort: **Siemens-Sportheim * Goebelstr. 151 * 13629 Berlin-Siemensstadt**

Monatlich: **Grundbeitrag 12 € * Abteilungsbeitrag 13 €**

Ein unverbindliches Schnuppertraining ist in jeder Abteilung nach Vereinbarung möglich. Mitglied kann jeder werden, unabhängig von einer Siemens-Zugehörigkeit.

Der monatliche Grundbeitrag ist nur einmal zu leisten. Wenn Sie an mehreren Sportarten teilnehmen wollen, wird nur der jeweilige Abteilungsbeitrag fällig.