

Unterteilung der Abteilung Fitness & Gesundheit

Basic	Special	Reha-Sport
Fit Mix 1-11 inkl. Fit Mix Winter	Yoga	Orthopädie
Fit mit Jogging	Rest wie Jumping Fitness, Zumba, Starker Rücken usw.	Herzsport
Fit mit Nordic Walking	Online Kurse	
Mattenspringer	Rollstuhlsport	

Basic-Kurse:

- Nur für Mitglieder der SportKultur Stuttgart e.V. nutzbar
- Fit mit Jogging, Fit mit Nordic Walking und Mattenspringer sind weiterhin kostenlos
- Fit Mix 1-11 inkl. Fit Mix Winter ab Januar 2023 kostenpflichtig
- Mit dem Trimesterbeitrag können **ALLE** und beliebig viele Fit Mix Kurse genutzt werden (Anmeldung für den jeweiligen Kurs ist verpflichtend, um eine übersichtliche Teilnehmer*innenliste zu erstellen)

Special-Kurse:

- Diese Kurse können SKS-Mitglieder und Gäste (Nicht-Mitglieder) nutzen
- Für Mitglieder und Gäste kostenpflichtig. Allerdings zahlen Mitglieder einen deutlich geringeren Kursbeitrag. Die Preise und Termine sind auf den Informationsblättern zu finden (Homepage beim jeweiligen Kurs)

Reha-Sport:

- Teilnahme über eine ärztliche Verordnung (Reha-sport für einen bestimmten Zeitraum). Die Kosten übernimmt die Krankenkasse oder die Deutsche Rentenversicherung
- Selbstzahler: Teilnahme wird von Reha-Sportler:in gezahlt. Eine Mitgliedschaft im Hauptverein ist verpflichtend.