

KURSPLAN AB 13.1.2025

MO		DI		MI		DO		FR	
SPORTHALLE	GYMNASTIKHALLE	SPORTHALLE	GYMNASTIKHALLE	SPORTHALLE	GYMNASTIKHALLE	SPORTHALLE	GYMNASTIKHALLE	SPORTHALLE	GYMNASTIKHALLE
9:00-10:00 WS- GYMNASTIK 1* mit Katja	9:00-10:00 POWERWOMEN mit Julia		09:15 - 10:15 SENIOREN- SPORT mit Brigitte	9:00 - 10:00 TOTAL BODY CONDITION mit Katja		9:00 - 9:45 FIT AM MORGEN (FIRMENFITNESS) mit Katja	9:15-10:30 50 PLUS GYMNASTIK 2 mit Rosi		9:00-10:00 FITNESS-GYMN. mit Birgit Gymn.halle
10:15-11:15 WS- GYMNASTIK 2* mit Katja	10:15-11:30 50 PLUS GYMNASTIK 1 mit Rosi	NEW	10:30 - 11:30 FIT MIT KID mit Natascha	10:15 - 11:15 PILATES mit Almut	10:00-11:30 HATHA YOGA mit Sabine		10:45-12:00 50 PLUS GYMNASTIK 3 mit Rosi		10:15 - 11:15 BECKENBODEN- YOGA mit Nual Gymn.halle
									11:30 - 12:30 YOGA SLOW FLOW mit Nual Gymn.halle
	17:00 - 18:00 CORE YOGA mit Nual								
	18:15-19:15 PILATES mit Christina				17:00-18:00 FIT UND MOBIL mit Heidi				
18:15-19:15 Rückengymn. mit Brigitte (Kronthalschule)	19:15-20:15 POWER YOGA mit Christina	NEW	19:15-20:15 BODYSHAPING mit Ines		18:15-19:15 FASZIEN- FITNESS mit Sonja				
19:30-20:30 FIT MIX* mit Brigitte	19:30-20:30 JUMPING FITNESS AKS mit Johanna	20:00-21:00 FUNCTIONAL FITNESS MTV mit René	20:30-21:30 STRONG NATION mit Johanna	19:15-20:15 POWER GYMNASTIK mit Rainer	19:30-20:30 ZUMBA FITNESS mit Lara				

*Angebote der Rehaabteilung

WORKOUTS

GESUNDHEIT

MTV 1862 e.V. Kronberg | Schülerwiesen 1, 61476 Kronberg | Tel.: 06173-67283
Abteilungsleitung Kurse: Julia Stoklossa-Schneider | E-Mail: kurse@mtv-kronberg.de

MTV

Kronberg

KURSKATEGORIEN

KURSKATEGORIE 1

max. 2 Kurse der Kat. 1 buchbar:

15,00 € mtl.

ab dem 3. Kurs Kat. 1 je:

7,50 € mtl.

KURSKATEGORIE 2

max. 1 Kurs Kat.2 + 1 Kurs Kat 1
buchbar:

25,00 € mtl.,

ab dem 2. Kurs Kat. 2 je:

12,50 € mtl.

KURSKATEGORIE 1

50 PLUS
GYMNASTIK 1,2,3

BECKENBODEN-
YOGA

BODYSHAPING

CORE-YOGA

FASZIEN-FITNESS

FIT MIT KID
AB 7.1.2025

FIT MIX

FIT & MOBIL

FITNESS-
GYMNASTIK

FUNCTIONAL
FITNESS

JUMPING FITNESS
AB 13.1.2025

PILATES

POWERWOMEN

POWER-
GYMNASTIK

POWER-YOGA

RÜCKEN-
GYMNASTIK

SENIORENSPORT

SLOW-FLOW-
YOGA

TOTAL BODY
CONDITION

WIRBELSÄULEN-
GYMNASTIK 1 + 2

KURSKATEGORIE 2

HATHA YOGA

STRONG NATION

ZUMBA

NEW

NEW

Du kannst dich nicht entscheiden,
du möchtest dir einen Kurs
anschauen?

Du darfst bis zu
2x pro Kurs schnuppern!
Melde dich bei Julia unter
kurse@mtv-kronberg.de