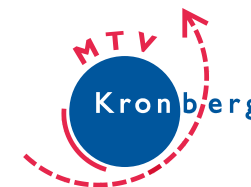


Kursplan ab 04.09. -31.12.



MO		DI		MI		DO		FR	SA
SPORTHALLE	GYMNASTIKHALLE	SPORTHALLE	GYMNASTIKHALLE	SPORTHALLE	GYMNASTIKHALLE	SPORTHALLE	GYMNASTIKHALLE	SPORTHALLE	GYMNASTIKHALLE
9:00-10:00 WIRBELSÄULEN- GYMNASTIK* mit René	9:00-10:00 RÜCKEN QI GONG* ->BIS 18.09 mit Petra		9:15-10:30 SENIORENSPORT mit Martin	9:00-10:00 TOTAL BODY CONDITION mit Betsy			9:15-10:30 50 PLUS GYMNASTIK 2 mit Rosi	9:00-10:00 FITNESS GYMNASTIK mit Birgit	
10:15-11:15 WIRBELSÄULEN- GYMNASTIK* mit René	10:15-11:30 50 PLUS GYMNASTIK 1 mit Rosi		10:30-11:30 MAMA'S PILATES mit Katja	10:15-11:15 PILATES 3 mit Betsy	10:00-11:30 YOGA 1 mit Iris		10:15-11:15 OUTDOOR MAMA mit Saskia, <u>Brunnen</u> im Viktoria Park		11:00-12:30 YOGA mit Kathrin
							10:45-12:00 50 PLUS GYMNASTIK 3 mit Rosi	12:00-13:30 YOGA mit Iris	
	17:15-18:15 RÜCKENFITNESS mit NN				17:00-18:00 FIT UND MOBIL mit Heidi				
18:00-19:00 RÜCKEN- GYMNASTIK mit Andrea <u>Kronthal-Schule</u>	18:15-19:15 PILATES 1 mit Christina				18:15-19:15 FASZIENFITNESS* mit Sonja	18:30-19:30 AFRO-DANCE mit Marie Noel <u>AKS Theorieraum</u>			
	19:15-20:15 POWER YOGA mit Christina		19:15-20:15 BODY SHAPING mit Ines	19:15-20:15 POWERYOGY mit Rainer		19:15-20:30 QI GONG* >bis 18.09 mit Petra <u>Kronthal Schule</u>			
19:15-20:30 FIT MIX DAMEN- GYMNASTIK* mit NN			20:30-21:30 ONLINE LIVE Strong by Zumba mit Tanju		19:30-20:30 ZUMBA FITNESS mit Lara				

*Angebote aus der Rehaabteilung

MTV 1862 e.V. Kronberg | Schülerwiesen 1, 61476 Kronberg | Tel.: 06173-67283 | kurse@mtv-kronberg.de