

# KURSKATEGORIEN

## KURSKATEGORIE 1

max. 2 Kurse der Kat. 1 buchbar:

15,00 € mtl.

ab dem 3. Kurs Kat. 1 je:

7,50 € mtl.

10er KARTE Kat.1: 120 € (NICHTMITGLIED)

## 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.

10er KARTE Kat.2: 160 € (NICHTMITGLIED)

### KURSKATEGORIE 1

50 PLUS  
GYMNASTIK 1,2,  
3

BECKENBODEN-  
YOGA

BODY BOOST

BODYSHAPING

CORE-YOGA

FIT IM ALLTAG  
+65

FIT MIX

FIT & MOBIL

FITNESS-  
GYMNASTIK

FUNCTIONAL  
FITNESS

JUMPING  
FITNESS

PILATES

POWER-  
GYMNASTIK

POWERWOMEN

POWER-YOGA

RÜCKEN-  
GYMNASTIK

SENIORENSPORT

TABATA -  
CORE & MORE

TOTAL BODY  
CONDITION

WIRBELSÄULEN-  
GYMNASTIK 1 +  
2

### KURSKATEGORIE 2

HATHA YOGA

STRONG NATION

QI GONG

ZUMBA



ALS MITGLIED-  
UND AUCH ALS NICHTMITGLIED  
HAST DU DIE MÖGLICHKEIT BIS ZU  
2X KOSTENFREI ZU SCHNUPPERN!  
ALS NICHTMITGLIED HAST DU  
DANN DIE OPTIONEN DEM VEREIN  
BEIZUTRETEN ODER EINE 10ER  
KARTE FÜR ENTSPRECHENDEN  
KURS ZU ERWERBEN. BEI FRAGEN  
MELDE DICH.

[kurse@mtv-kronberg.de](mailto:kurse@mtv-kronberg.de)

Ansprechpartner:

Julia Stoklossa-Schneider





# KURSPLAN AB 12.01.2026

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
SPORT- HALLE	GYMN.- HALLE	SPORT- HALLE	GYMN.- HALLE	SPORT- HALLE	GYMN.- HALLE	SPORT- HALLE	GYMN.- HALLE	SPORT- HALLE	GYMN.- HALLE
9:00-10:00 <b>POWERWOMEN</b> mit Julia	9:00-10:00 <b>WS- GYMNASTIK 1*</b> mit Renè	09:15 - 10:15 <b>FIT IM ALLTAG</b> +65 ab 3.Febr. mit Mareike	09:15 - 10:15 <b>SENIOREN- SPORT</b> mit Brigitte	9:00 - 10:00 <b>TOTAL BODY CONDITION</b> mit Betsy		9:00 - 9:45 <b>FIT AM MORGEN (FIRMENFITNESS)</b> mit Andrea	9:15-10:30 <b>50 PLUS GYMNASTIK 2</b> mit Rosi		9:00-10:00 <b>FITNESS-GYMN.</b> mit Birgit
10:15-11:15 <b>WS- GYMNASTIK 2*</b> mit Renè	10:15-11:30 <b>50 PLUS GYMNASTIK 1</b> mit Rosi		10:30 - 11:30 <b>TABATA- CORE&amp; MORE</b> mit Natascha	10:15 - 11:15 <b>PILATES</b> mit Betsy	10:00-11:30 <b>HATHA YOGA</b> mit Sabine		10:45-12:00 <b>50 PLUS GYMNASTIK 3</b> mit Rosi		10:15 - 11:15 <b>BECKENBODEN- YOGA</b> mit Nual
	17:00 - 18:00 <b>CORE YOGA</b> mit Nual						12:15 - 13:45 <b>QI GONG</b> mit Agi ab 22.1.26		
	18:15-19:15 <b>PILATES</b> mit Christina				16:45 -17:45 <b>FIT UND MOBIL</b> mit Heidi				
18:15-19:15 <b>RÜCKENGYMN.</b> mit Andrea (Kronthalschule)	19:15-20:15 <b>POWER YOGA</b> mit Christina		19:15 - 20:15 <b>BODY SHAPING</b> mit Ines		18:15 - 19:15 <b>BODY BOOST</b> mit Johanna				
19:15-20:30 <b>FIT MIX*</b> mit Brigitte	19:30-20:30 <b>JUMPING FITNESS AKS</b> mit Johanna	19:30-20:30 <b>FUNCTIONAL FITNESS</b> mit Renè	20:30-21:30 <b>STRONG NATION</b> mit Tanju	19:15-20:15 <b>POWER GYMNASTIK</b> mit Rainer	19:30-20:30 <b>ZUMBA</b> mit Lara		19:30-20:30 <b>JUMPING FITNESS AKS</b> mit Jil ab Sept.		

WORKOUTS

GESUNDHEIT

\*ANGEBOTE AUS DER REHA-ABTEILUNG



MTV 1862 e.V. Kronberg | Schülerwiesen 1, 61476 Kronberg | Tel.: 06173-67283  
Bereichsleitung Kurse: Julia Stoklossa-Schneider | E-Mail: [kurse@mtv-kronberg.de](mailto:kurse@mtv-kronberg.de)