

# 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  
GYMNASIKA 1, 2,  
3

JUMPING  
FITNESS

BECKENBODEN-  
YOGA

PILATES

BODY BOOST

POWER-  
GYMNASIKA

BODYSHAPING

POWERWOMEN

CORE-YOGA

POWER-YOGA

FIT IM ALLTAG  
+65

RÜCKEN-  
GYMNASIKA

FIT MIX

SENIORENSPORT

FIT & MOBIL

TABATA -  
CORE & MORE

FITNESS-  
GYMNASIKA

TOTAL BODY  
CONDITION

FUNCTIONAL  
FITNESS

WIRBELSÄULEN-  
GYMNASIKA 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.

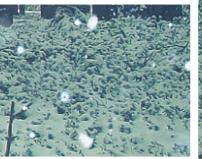
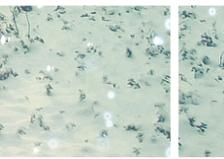
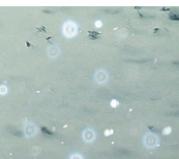
[kurse@mtv-kronberg.de](mailto:kurse@mtv-kronberg.de)

Ansprechpartner:

Julia Stokossa-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 POWERWOMEN mit Julia	9:00-10:00 WS-GYMNASTIK 1* mit Renè	09:15 - 10:15 FIT IM ALLTAG +65 ab 3.Febr. mit Mareike	09:15 - 10:15 SENIOREN-SPORT mit Brigitte	9:00 - 10:00 TOTAL BODY CONDITION mit Betsy		9:00 - 9:45 FIT AM MORGEN (FIRMENFITNESS) mit Andrea	9:15-10:30 50 PLUS GYMNASTIK 2 mit Rosi		9:00-10:00 FITNESS-GYMN. mit Birgit
10:15-11:15 WS-GYMNASTIK 2* mit Renè	10:15-11:30 50 PLUS GYMNASTIK 1 mit Rosi	 NEW	10:30 - 11:30 TABATA-CORE & MORE mit Natascha	10:15 - 11:15 PILATES mit Betsy	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 Naual
	17:00 - 18:00 CORE YOGA mit Naual	 NEW	 NEW				12:15 - 13:45 QI GONG mit Agi ab 22.1.26		
	18:15-19:15 PILATES mit Christina					16:45 -17:45 FIT UND MOBIL mit Heidi			
18:15-19:15 RÜCKENGYMN. mit Andrea (Kronthalschule)	19:15-20:15 POWER YOGA mit Christina			19:15 - 20:15 BODY SHAPING mit Ines		18:15 - 19:15 BODY BOOST mit Johanna			
19:15-20:30 FIT MIX* mit Brigitte	19:30-20:30 JUMPING FITNESS AKS mit Johanna	19:30-20:30 FUNCTIONAL FITNESS mit René	20:30-21:30 STRONG NATION mit Tanju	19:15-20:15 POWER GYMNASTIK mit Rainer	19:30-20:30 ZUMBA mit Lara		19:30-20:30 JUMPING FITNESS AKS mit Jil ab Sept.		
WORKOUTS		*ANGEBOTE AUS DER REHA-ABTEILUNG			MTV 1862 e.V. Kronberg   Schülerwiesen 1, 61476 Kronberg   Tel.: 06173-67283 Bereichsleitung Kurse: Julia Stoklossa-Schneider   E-Mail: <a href="mailto:kurse@mtv-kronberg.de">kurse@mtv-kronberg.de</a>				
GESUNDHEIT									