

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 €

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 €

KURSKATEGORIE 1

50 PLUS
GYMNASTIK 1,2,
3

BECKENBODEN-
YOGA

BODYSHAPING

CORE-YOGA

FIT MIT KID
AB 7.1.2025

FIT MIX

FIT & MOBIL

FITNESS-
GYMNASTIK

FUNCTIONAL
FITNESS

JUMPING FITNESS

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

QI GONG

ZUMBA

NEW!

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.

KURSPLAN AB 18.8.2025

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 WS- GYMNASTIK 1* mit Renè	9:00-10:00 POWERWOMEN mit Julia		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 Gymn.halle
10:15-11:15 WS- GYMNASTIK 2* mit Renè	10:15-11:30 50 PLUS GYMNASTIK 1 mit Rosi		10:30 - 11:30 FIT MIT KID 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 Nual Gymn.halle
	17:00 - 18:00 CORE YOGA mit Nual						13:00 - 14:30 QI GONG mit Agy ab 18.Sept.		
	18:15-19:15 PILATES mit Christina				17:00-18:00 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 BODYSHAPING mit Ines						
19:30-20:30 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		19:00-20:00 JUMPING FITNESS AKS mit Jil ab Sept.		

NEW!

NEW!

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