

KURSPLAN OSTERFERIEN 30.03.-03.04.2026

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		KARFREITAG	
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 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 Betsy
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 Nual
	12:00-18:00 CORE YOGA mit Natascha		NEW				12:15-13:45 QI GONGXI mit Agi		
	18:15-19:15 PILATES mit Christina				10:45-17:45 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 1 AKS mit Johanna	19:30-20:30 FUNCTIONAL FITNESS mit Renè	20:30-21:30 STRONG NATION mit Tanju	19:15-20:30 POWER GYMNASTIK mit Rainer	19:30-20:30 ZUMBA mit Lara		19:30-20:30 JUMPING FITNESS 2 AKS mit Jill		

✓ = PRÄVENTIONSKURS = ZPP-ZERTIFIZIERT. KRANKENKASSEN-ZUSCHUSS MÖGLICH!

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

KURSPLAN OSTERFERIEN 06.04.-10.04.2026

OSTERMONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
SPORT- HALLE	GYMN.- HALLE	SPORT- HALLE	GYMN.- HALLE	SPORT- HALLE	GYMN.- HALLE	SPORT- HALLE	GYMN.- HALLE	SPORT- HALLE	GYMN.- HALLE
09:00-10:00 POWERWOMEN mit Julia	09:00-10:00 WS- GYMNASTIK 1 mit Renè	09:15-10:15 FIT IM ALLTAG mit Mareike ✓	09:15-10:15 SENIOREN-SPORT mit Brigitte ✓	09:00-10:00 TOTAL BODY CONDITION mit Julia		09:00-9:45 FIT AM MORGEN (Firmenfitness) mit Andrea	09:15-10:30 50 PLUS GYMNASTIK 2 mit Rosi		09:00-10:00 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 Patsy	10:00-11:30 HATYA YOGA mit Sabina		10:45-12:00 50 PLUS GYMNASTIK 3 mit Rosi		10:15-11:15 BECKENBODEN- YOGA mit Nual
	12:00-18:00 CORE YOGA mit Natascha		NEW				12:15-13:45 QI GONGYI mit Agi		
	18:15-19:15 PILATES mit Christina				16:45-17:45 FIT UND MOBIL mit Heidi				
18:15-19:15 RÜCKEN-GYMN. mit Andrea (Kronthalschule)	18:15-20:15 POWER YOGA mit Christa		18:15-20:15 BODY SHAPING mit Ines		18:15 - 19:15 BODY BOOST mit Johanna				
18:15-20:30 FIT MIX mit Brigitte	18:30-20:30 JUMPING FITNESS 1 AKS mit Johanna	19:30-20:30 FUNCTIONAL FITNESS mit René	20:30-21:30 STRONG NATION mit Tanju	18:15-20:15 POWER GYMNASTIK mit Rainer	19:30-20:30 ZUMBA mit Lara		19:30-20:30 JUMPING FITNESS 2 AKS mit Jil		

✓ = PRÄVENTIONSKURS = ZPP-ZERTIFIZIERT. KRANKENKASSEN-ZUSCHUSS MÖGLICH!

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

