

FITSPORTPROGRAMM vom 16. September 2024 bis 30. Mai 2025

KURS-NR:		ZEIT	KURS	ORT	Kurskosten (inkl. MGB)	Nur Spartenbeitrag
Ausgeb.	M o n t a g	17:00 - 18:00	Kinder in Bewegung 3-5 Jahre	MZH-u	70,00	47,00
Ausgeb.		17:00 - 18:00	Lauf- & Ballspiele 6-9 Jahre	MZH-o	70,00	47,00
E3		17:00 - 18:15	Yoga, kraftvoll ABGESAGT	DIK	110,00	63,00
E4		18:30 - 19:30	Stepp Mix ABGESAGT	DIK	100,00	53,00
E5		18:00 - 19:00	Deep Work / Intervalltraining	MZH-o	100,00	53,00
Ausgeb.		19:00 - 20:00	WORKOUTYOGA / PilatesMix	MZH-o	100,00	53,00
E7		19:00 - 20:30	Zumba & Stretching	VSH	125,00	78,00
Ausgeb.		18:30 - 19:30	Aqua Fitness	SHH	100,00	53,00
		19:30 - 20:30	Freies Schwimmen f. Aqua Fit Mitglieder	SHH	-	-
TDK1	D i	16:00-17:00	Taekwondo Kids 8 -12 Jahren ab 1.10	DIK	80,00	57,00
TDK2		17:00-18:00	Taekwondo Kids 8-12 Jahren ab 1.10	DIK	80,00	57,00
Ausgeb.		09:00 - 10:00	Allg. Fitness/Schwerpkt. Wirbelsäule	DIK	100,00	53,00
E10		10:00 - 11:00	Herrenfitness	DIK	100,00	53,00
Ausgeb.		18:30 - 19:30	Fatburner	DIK	100,00	53,00
E12		19:30- 20:30	Stretch & Mobility	DIK	100,00	53,00
Ausgeb.	M i t t w o c h	09:00 - 10:00	Allg. Fitness/Schwerpkt. Wirbelsäule	DIK	100,00	53,00
Ausgeb.		10:00 - 11:00	Linedance - Einsteiger	DIK	100,00	53,00
E15		18:00 - 19:00	Jackpot.fit (SV-Förderprogramm)	DIK	Anmeldung über SVA	
E16		19:00 - 20:00	Jackpot.fit (Fortgeschritten + Verein)	DIK	110,00	63,00
E17		17:00 - 18:00	Fit und beweglich 50+	MZH-o	100,00	53,00
E18		17:00 - 18:00	Linedance - leicht fortgeschritten	MZH-u	100,00	53,00
E19		18:00 - 19:00	Linedance - gut fortgeschritten	MZH-u	100,00	53,00
E20		19:00 - 20:30	Funktionelles Konditionstraining	MZH-u	125,00	78,00
Ausgeb.		19:00 - 20:00	Bodystyling	MZH-o	100,00	53,00
E22		20:00 - 21:00	Yoga - Body & Mind Mix	MZH-o	100,00	53,00
E23	19:30 - 21:00	Gymnastik & Volleyball Senioren	MSD	100,00	53,00	
Ausgeb.	D o	09:00 - 10:00	Pilates Mix Wake Up	DIK	100,00	53,00
Ausgeb.		18:30 - 19:30	Pilates Mix	DIK	100,00	53,00
Ausgeb.		19:30 - 20:30	Wirbelsäulen & Ausgleichsgymnastik	DIK	100,00	53,00
Ausgeb.	Fr	16:00 - 17:15	Eltern-Kind-Turnen 1,5 - 3,5 Jahre	MZH-u	100,00	77,00