

Fitness und Sport während der Herbstferien 2024

Samstag	26.10. 10.00 - 11.30	Step & Shape mit Jessica B.	GH-KW-g
Sonntag	27.10. 09.30 - 10.30	Ski-/ Fitnessgymnastik mit Ute	GH-KW-g
Montag	28.10. 10.00 - 11.00	Faszienfit mit Silke	Sps-motiv
Montag	28.10. 11.00 - 12.00	Yoga mit Silke	Sps-motiv
Montag	28.10. 18.00 - 19.00	Atheticflow mit Iva	Sps-motiv
Montag	28.10. 19.00 - 20.00	Power Yoga mit Iva	Sps-motiv
Dienstag	29.10. 09.00 - 10.00	WSG mit Lilli	Sps-motiv
Dienstag	29.10. 10.00 - 11.00	BBP mit Lilli	Sps-motiv
Dienstag	29.10. 18.00 - 19.30	Fitness mit Lisa	H-motiv
Dienstag	29.10. 19.30 - 20.30	Zumba mit Lisa	Sps-motiv
Mittwoch	30.10. 09.00 - 10.00	Gymnastik mit Marie	H-motiv
Mittwoch	30.10. 10.00 - 11.00	Reha Arthrose mit Marie	Sps-motiv
Mittwoch	30.10. 17.00 - 18.00	WSG mit Karin	GH-KW-g
Mittwoch	30.10. 18.00 - 19.00	Reha Krebs mit Karin	GH-KW-g
Donnerstag	31.10. 09.00 - 10.00	Power Dumbell mit Bea	Sps-motiv
Donnerstag	31.10. 10.00 - 11.00	Bauch-Beine-Po mit Bea	Sps-motiv
Donnerstag	31.10. 17.00 - 18.00	Gyrokinesis mit Yan	Sps-motiv
Donnerstag	31.10. 18.00 - 19.00	Pilates mit Yan	Sps-motiv
Donnerstag	31.10. 18.00 - 19.30	Fitness mit Karin	H-motiv
Samstag	02.11. 10.00 - 11.30	Step & Shape mit Jessica B.	GH-KW-g
Samstag	02.11. 10.30 - 11.30	Antara mit Regina	Sps-motiv
Samstag	02.11. 11.30 - 12.30	Pilates mit Regina	Sps-motiv
Sonntag	03.11. 09.30 - 10.30	Ski-/ Fitnessgymnastik mit Ute	H-KW

Legende

GH-KW-g	Große Gymnastikhalle Sportanlage Kräherwald
GH-KW-k	Kleine Gymnastikhalle Sportanlage Kräherwald
H-KW	Sporthalle Kräherwald
Sps-motiv	Spiegelsaal Motiv
H-motiv	Sporthalle Motiv

Das MTV-Motiv hat an allen Tagen geöffnet. Wer noch kein Mitglied ist, kann einen kostenfreien Probetrainingstermin vereinbaren. Rufen Sie doch einfach an: 0711/2585558-10

Alle Ferienangebote sind auch mit einem MTV-Probeausweis nutzbar.