

MTV / MEHRZWECKRAUM IM SPORTPARK WERDENFELS

UHRZEIT	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG	MÜNCHEN	
7:30	FREIES TRAINING 7:30 - 09:00		EarlyBird SCHLINGEN TRAINING mit Dominik 07:30 - 08:30		EarlyBird SCHLINGEN TRAINING mit Dominik 07:30 - 08:30	FREIES TRAINING 7:30 - 10:00	FREIES TRAINING 7:30 - 09:00		
8:00									
8:30		FREIES TRAINING 8:30 - 10:30	ELTERN-KIND-TURNEN mit Dominik 8:45 - 9:45	FREIES TRAINING 8:30 - 10:00	YOGA Yo.fem mit Claire 9:00 -10:30		FREIES TRAINING mit Anleitung 9:00 - 11:00		
9:00									FREIES TRAINING mit Anleitung 9:00 - 11:00
9:30									
10:00		ALEXANDER TECHNIK während der Schwanger- schaft mit Montserrat 10:30 - 12:00	FREIES TRAINING 10:00 - 12:00	QI GONG mit Sibylle 10:00 - 11:00		bodyArt mit Susie 10:00 - 11:00			
10:30				TAI-CHI mit Sibylle 11:00 - 12:00					
11:00	KRÄFTIGUNG & BEWEGUNG mit Julia 11:00 - 12:00					BODYSTYLING mit Susie 11:00 - 12:00	FREIES TRAINING 11:00 - 12:00		
11:30									
12:00	Tänzerische GYMNASTIK 50+ mit Julia 12:00 - 13:00	FREIES TRAINING 12:00 - 14:45	FREIES TRAINING 12:00 - 14:45	FREIES TRAINING 12:00 - 14:45	FREIES TRAINING 12:00 - 14:45	FREIES TRAINING 12:00 - 14:45	FREIES TRAINING 12:00 - 14:45		
12:30									
13:00	FREIES TRAINING 13:00 - 14:45								
13:30									
14:00									
14:30									
15:00	KiSS mit Anna 15:00 - 16:00	KiSS 15:00 - 16:00	KiSS 15:00 - 16:00	KiSS mit Michelle 15:00 - 16:00	KiSS 15:00 - 16:00	FREIES TRAINING 15:00 - 18:00	FREIES TRAINING 15:00 - 18:00		
15:30									
16:00	KiSS mit Anna 16:00 - 17:00	KiSS mit Ferdi 16:00 - 17:00	KINDERTANZ HIPHOP & JAZZ mit Luisa & Melinda 16:00 - 17:00	KiSS mit Michelle 15:00 - 16:00	KiSS 15:00 - 16:00				
16:30									
17:00	KINDERTURNEN mit Anna 17:00 - 18:00	KiSS mit Ferdi 17:00 - 18:00	KINDERTANZ HIPHOP & JAZZ mit Luisa & Melinda 17:00 - 18:00		KiSS 15:00 - 16:00				
17:30									
18:00	bodyArt mit Susie 18:00 - 19:00	BEACHBODY - BOOTCAMP TRAINING mit Ferdi 18:00 - 19:00	PILATES mit Luisa 18:00 - 19:00	SKIGYMNASTIK mit Stefan 18:30 - 19:15		FREIES TRAINING 18:00 - 23:00	FREIES TRAINING 18:00 - 23:00		
18:30									
19:00	deepWork mit Susie 19:00 - 20:00		LATIN DANCE WORKOUT mit Nilay 19:00 - 20:00	KRÄFTIGUNG & STRETCHING mit Stefan 19:15 - 20:00	ZIRKELTRAINING mit Suscha 19:00 - 20:00				
19:30									
20:00	YOGA mit Claire 20:00 - 21:30	FUNCTIONAL TRAINING mit Dominik 20:00 - 21:00	FREIES TRAINING mit Anleitung 20:00 - 22:00	YOGA mit Conny 20:00 - 21:30	FREIES TRAINING mit Anleitung 20:00 - 22:00				
20:30									
21:00		FREIES TRAINING 21:00 - 23:00							
21:30	FREIES TRAINING 21:30 - 23:00			FREIES TRAINING 21:30 - 23:00	FREIES TRAINING 22:00 - 23:00				
22:00									
22:30									
23:00									
BEITRÄGE	Freies Training 10€ pro Monat	Fitness Kurse 10er-Karte 25€	Gesundheits- / Entspannungskurse 10er-Karte 60€	Offene Kurse MTV-Grundbeitrag	Kindertanz 9€ pro Monat	KiSS 15€ / 25€ pro Monat			