

Kursplan

In den Ferien findet ein gesonderter Kursbetrieb statt - dieser ist in einem extra ausgeschriebenen Ferienkursplan aufgeführt, sowie im Internet unter fitnessstudio-stuttgart.de und unter www.mtv-stuttgart.de ersichtlich

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
		Yoga* 8.30 - 10.00 Uhr Jahreskurs	Aerobic/Kräftigung* 9.00 - 10.30 Uhr (KB+) Jahreskurs		Bauch-Beine-Po* 9.30 - 10.30 Uhr 10er-Kurs ab 14.01.2012	
Fitness* 9.30 - 10.30 Uhr Jahreskurs	WSG* 9.00-10.00 Uhr (KB+) Jahreskurs	Fitness** 8.45 - 10.00 Uhr Jahreskurs	Bauch-Beine-Po* 10.30 - 11.30 Uhr Jahreskurs	Rückenfit & BBP* 9.00 - 10.00 Uhr (KB+) 12er-Kurs ab 16.12.2011	Yogilates* 10.30 - 11.30 Uhr 10er-Kurs ab 17.01.2012	
Step-Einsteiger* 10.30 - 11.30 Uhr Jahreskurs	WSG* 10.00 - 11.00 Uhr (KB+) Jahreskurs	Fitness** 10.00 - 11.15 Uhr Jahreskurs		Parkinson Trainingsgruppe* 10.00 - 11.00 Uhr (KB+) Jahreskurs		
		Reha Arthrose Endoprothese Einsteiger 10.0 - 11.00 Uhr Jahreskurs				
	Fitness & Spiel** 17.00 - 18.00 Uhr (KB) Jahreskurs	Reha Arthrose Endoprothese Einsteiger 11.00 - 12.00 Uhr Jahreskurs	Qi Gong* 17.00 - 18.00 Uhr (KB) 12er-Kurs ab 15.12.2011	Indoor-Cycling* 16.00 - 17.00 Uhr 12er-Kurs ab 16.12.2011		
	Rücken-Fit* 17.30 - 18.30 Uhr (KB) Jahreskurs	Hip Hop 6-9 J.* 16.15 - 17.15 Uhr Jahreskurs	Pilates Einst.* 18.15 - 19.15 Uhr (KB) 12er-Kurs ab 15.12.2011	Power-Dumbell* 17.00 - 18.00 Uhr (KB) 12er-Kurs ab 16.12.2011	Iaido* 17.00 - 19.00 Uhr Jahreskurs	
	Fitness** 18.00 - 19.30 Uhr Jahreskurs	Hip Hop 10-13 J.* 17.15 - 18.15 Uhr Jahreskurs		Fitness** 17.30 - 19.00 Uhr (KB) Jahreskurs		
Power Class Rücken & Bauch* 17.30 - 18.30 Uhr 12er-Kurs ab 19.12.2011	Rücken-Fit* 18.30 - 19.30 Uhr Jahreskurs		Bauch-Beine-Po* 19.15 - 20.15 Uhr 12er-Kurs ab 15.12.2011	Indoor-Cycling* 18.00 - 19.00 Uhr (KB) 12er-Kurs ab 16.12.2011		
Indor-Cycling* 18.30 - 19.30 Uhr 12er-Kurs ab 19.12.2011	Spiel** 19.30 - 20.00 Uhr Jahreskurs	Tae Bo* 19.00 - 20.30 Uhr Jahreskurs	Fitness** 18.00 - 19.30 Uhr Jahreskurs	Ski-Gymnastik** 19.00 - 20.30 Uhr Jahreskurs		
	Step* 19.30 - 20.30 Uhr Jahreskurs		Spiel** 19.30 - 20.00 Uhr Jahreskurs	Fitness-Cocktail* 19.00 - 20.00 Uhr Jahreskurs		
Power-Dumbell* 19.30 - 21.30 Uhr 12er-Kurs ab 19.12.2011	Freizeit-Badminton** 20.00 - 22.00 Uhr Jahreskurs	Indoor-Cycling* 20.30 - 21.30 Uhr 12er-Kurs ab 14.12.2011	Sambo Fitness 20.15 - 21.15 Uhr 12er-Kurs ab 15.12.2011	Rückenfit* 20.00 - 21.00 Uhr Jahreskurs		
Indoor-Cycling* 20.30 - 21.30 Uhr 12er-Kurs ab 19.12.2011	Indoor-Cycling Fort.* 20.30 - 21.30 Uhr 12er-Kurs ab 13.12.2011					

Kinderbetreuung (KB):
 Di.: +9.00 - 12.00 Uhr 17.00 - 19.00 Uhr
 Do.: +9.00 - 12.00 Uhr 16.30 - 19.30 Uhr
 Fr.: + 9.00 - 12.00 Uhr 17.00 - 19.00 Uhr
 (+ mit Säuglingsbetreuung)

* findet im MoTiV Spiegelsaal statt
 ** findet in der MoTiV Sporthalle statt

gültig ab: 13.12.2011