

# SCHNUPPERN SOMMERFERIEN



01. August bis 09. September 2022

Angebote mit der MTV-Sportkarte **Plus** + nutzbar

Kurse - Onlineanmeldung erforderlich unter: <https://mtv-ludwigsburg.de/project/specials/>



K=Kinder J=Jugendliche E=Erwachsene S=Senioren

Wann		Was	Ziel- gruppe	Teilnehmer max.	Übungs- leiter	Halle	Bemerkungen	
01.08.	Mo	09:00-10:00	Toso X	E	20	Viki	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.
		18:15-19:15	Jumping4FUN	E	10	Lena	UG Halle	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Getränk mitbringen.
		18:30-19:30	BikeFit	E	24	Angi	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.
02.08.	Di	18:45-19:45	Hot Iron	E	20	Stephan	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.
		20:00-21:00	AROHA	E	20	Stephan	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.
03.08.	Mi	09:00-10:00	Body Tuning	E	20	Viki	Outdoor	Sportkarte+. Treffpunkt vor MTV. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		09:30-10:30	Yoga	E	20	Sandra W.	GH	Sportkarte+. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		19:00-20:00	Gymnastik	E/S	20	Heike H.	GH	Sportkarte+. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
04.08.	Do	17:30-18:30	Antara	E	20	Viki	GH	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Getränk mitbringen.
		18:30-19:30	Functional Training	E	20	Olga	Tartanplatz	Sportkarte+. Bitte Matte und Getränk mitbringen. Bei Regen findet der Kurs nicht statt.
		18:30-19:30	Jumping4FUN	E	10	Lena	UG Halle	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Getränk mitbringen.
		18:45-20:00	Power Dumbell	E	20	Viki	GH	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Getränk mitbringen.
		20:00-21:00	Zumba	E	20	Olga	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.
05.08.	Fr	08:15-09:15	Body Tuning	E	20	Karolin	Tartanplatz	Sportkarte+. Bei schlechtem Wetter wird in die GH Halle trainiert. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		10:30-11:30	BikeFit mit Gym	E/S	24	Silke	GH	Sportkarte+. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		17:00-18:00	Zumba	E	20	Olga & Olivier	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.
		18:00-19:00	Piloxing	E	20	Olga	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.
08.08.	Mo	09:00-10:00	Toso X	E	20	Viki	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.
		18:15-19:15	Jumping4FUN	E	10	Lena	UG Halle	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Getränk mitbringen.
		19:00-20:00	Step Aerobic	E	20	Peter	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.
		20:15-21:15	Langhantel	E	20	Peter	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.
10.08.	Mi	08:00-09:00	BikeFit	E	24	Angi	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.
		09:00-10:00	Body Tuning	E	20	Viki	Outdoor	Sportkarte+. Treffpunkt vor MTV. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		18:00-19:00	Pilates	E	20	Kathrin	UG Halle	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		19:00-20:00	HIT	E	20	Kathrin	UG Halle	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		19:00-20:00	Functional Toning	E	20	Peter	GH	Sportkarte+. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
11.08.	Do	17:30-18:30	Antara	E	20	Viki	GH	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		18:30-19:30	Functional Training	E	20	Olga	Tartanplatz	Sportkarte+. Bitte Matte und Getränk mitbringen. Bei Regen findet der Kurs nicht statt.
		18:30-19:30	Jumping4FUN	E	10	Lena	UG Halle	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Getränk mitbringen.
		18:45-20:00	Power Dumbell	E	20	Viki	GH	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		20:00-21:00	Zumba	E	20	Olga	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.

12.08.	Fr	10:30-11:30	BikeFit mit Gym	E/S	24	Silke	GH	Sportkarte+. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		17:00-18:00	Zumba	E	20	Olga & Olivier	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.
		18:00-19:00	Piloxing	E	20	Olga	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.
15.08.	Mo	18:15-19:15	Jumping4FUN	E	10	Lena	UG Halle	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Getränk mitbringen.
		18:30-19:30	BikeFit	E	24	Angi	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.
		19:45-20:45	Functional Toning	E	20	Peter	GH	Sportkarte+. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
16.08.	Di	18:45-19:45	Hot Iron	E	20	Stephan	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.
		20:00-21:00	AROHA	E	20	Stephan	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.
17.08.	Mi	18:00-19:00	Pilates	E	20	Kathrin	UG Halle	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		19:15-20:15	HIT	E	20	Kathrin	UG Halle	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
18.08.	Do	18:30-19:30	Jumping4FUN	E	10	Lena	UG Halle	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Getränk mitbringen.
19.08.	Fr	10:30-11:30	BikeFit mit Gym	E	24	Silke	GH	Sportkarte+. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		17:00-18:00	Zumba	E	20	Olivier	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.
22.08.	Mo	09:00-10:00	Pilates	E	20	Sandra T.	GH	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		09:00-09:45	BIM 6-12 Mon.	K	15	Annika	BWZII Dojo	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich.
		10:15-11:15	Starker Rücken	E	20	Sandra T.	GH	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		10:00-10:45	BIM 12-18 Mon.	K	15	Annika	BWZII Dojo	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich.
23.08.	Di	19:00-20:00	10 to 10	E	20	Andi	GH	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
24.08.	Mi	18:00-19:00	Pilates	E	20	Kathrin	UG Halle	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		19:15-20:15	HIT	E	20	Kathrin	UG Halle	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		19:30-20:30	10 to 10	E	20	Andi	GH	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
25.08.	Do	09:00-09:45	BIM 3-6 Mon.	K	15	Annika	BWZII Dojo	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich.
		10:00-10:45	BIM 6-12 Mon.	K	15	Annika	BWZII Dojo	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich.
		19:00-20:00	Gymnastik	E/S	20	Heike H.	GH	Sportkarte+. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
26.08.	Fr	10:30-11:30	BikeFit mit Gym	E/S	24	Silke	GH	Sportkarte+. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
29.08.	Mo	09:00-10:00	Pilates	E	20	Sandra T.	GH	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		09:00-09:45	BIM 6-12 Mon.	K	15	Annika	BWZII Dojo	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich.
		10:15-11:15	Starker Rücken	E	20	Sandra T.	GH	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		10:00-10:45	BIM 12-18 Mon.	K	15	Annika	BWZII Dojo	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich.
		18:45-19:45	Hot Iron	E	24	Stephan	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.
		20:00-21:00	Aroha	E	20	Stephan	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.
30.08.	Di	19:00-20:00	10 to 10	E	20	Andi	GH	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
31.08.	Mi	18:00-19:00	Pilates	E	20	Kathrin	UG Halle	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		18:30-19:30	BikeFit	E	24	Angi	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.
		19:15-20:15	HIT	E	20	Kathrin	UG Halle	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		19:45-20:45	10 to 10	E	20	Andi	GH	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
01.09.	Do	09:00-09:45	BIM 3-6 Mon.	K	15	Annika	BWZII Dojo	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich.
		10:00-10:45	BIM 6-12 Mon.	K	15	Annika	BWZII Dojo	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich.
02.09.	Fr	08:15-09:15	Body Tuning	E	20	Karolin	Tartanplatz	Sportkarte+. Bei schlechtem Wetter wird in die GH Halle trainiert. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		09:00-10:00	Gymnastik für Senioren	E	20	Alexandra	GH	Sportkarte+. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		10:15-11:15	Starker Rücken	E	20	Alexandra	GH	Sportkarte+. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		11:30-12:30	BikeFit mit Gym	E	24	Silke	GH	Sportkarte+. Bitte Matte und Getränk mitbringen.

05.09.	Mo	09:00-10:00	Pilates	E	20	Sandra T.	GH	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		10:15-11:15	Starker Rücken	E	20	Sandra T.	GH	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		18:45-19:45	Hot Iron	E	24	Stephan	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.
		20:00-21:00	Aroha	E	20	Stephan	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.
06.09.	Di	19:00-20:00	10 to 10	E	20	Andi	GH	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
07.09.	Mi	09:30-10:30	Yoga	E	20	Sandra W.	GH	Sportkarte+. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		18:00-19:00	Pilates	E	20	Kathrin	UG Halle	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		19:15-20:15	HIT	E	20	Kathrin	UG Halle	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		19:30-20:30	10 to 10	E	20	Andi	GH	Kurs / Onlineanmeldung erforderlich. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
08.09.	Do	18:30-19:30	Hula-Hoop Workout	E	20	Cristina	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.
		19:30-20:30	Step Aerobic	E	20	Cristina	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.
09.09.	Fr	08:15-09:15	Body Tuning	E	20	Karolin	Tartanplatz	Sportkarte+. Bei schlechtem Wetter wird in die GH Halle trainiert. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		09:00-10:00	Gymnastik für Senioren	E	20	Alexandra	GH	Sportkarte+. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		10:15-11:15	Starker Rücken	E	20	Alexandra	GH	Sportkarte+. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		11:30-12:30	BikeFit mit Gym	E	24	Silke	GH	Sportkarte+. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		17:00-18:00	Zumba	E	20	Olga	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.
		18:00-19:00	Piloxing	E	20	Olga	GH	Sportkarte+. Bitte Getränk mitbringen.