

# MTV Bewegungszentrum I - Gymnastikhalle

Gültig: 15.06-29.07.2020

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
07:30-08:00						07:30-08:00
08:00-08:30						08:00-08:30
08:30-09:00	8:30-9:30 <b>Wirbelsäulengymnastik</b>	8:30-9:30 <b>Gymnastik Tartan</b>	08.30 - 09.30 <b>KURS -Body Tuning</b>	8:30-9:30 <b>50plus verschoben auf 9.30 Uhr</b>	8:30-9:30 <b>Wirbelsäulengymnastik</b>	08:30-09:00
09:00-09:30						09:00-09:30
09:30-10:00	9:30-10:30 <b>Beckenbodengymnastik</b>	09:30-10:30 <b>KURS-PumpFit</b>	9:30-10:30 <b>Gymnastik</b>	9.30 - 10.30 <b>50plus</b>	9:30-10:30 <b>Wirbelsäulengymnastik</b>	09:30-10:00
10:00-10:30						10:00-10:30
10:30-11:00	10:30-11:30 <b>Diabetessport Reha entfällt</b>	10:30-11:30 <b>Reha Orthopädie</b>	10:30-11:30 entfällt <b>KURS-BB Männer</b>	10.30 - 11.30 <b>KURS -Fünf Esslinger</b>	10:30-11:30 <b>Wirbelsäulengymnastik</b>	10:30-11:00
11:00-11:30						11:00-11:30
11:30-12:00	11:30-12:30 <b>Orthopädie</b>	11:30-12:30 <b>Gefäßsport</b>	11:30-12:30 <b>Kurs BB Frauen</b>	11:30-12:30 <b>Kurs BB Männer ab 09/20</b>	11:30-12:30 <b>Orthopädie schwach Belastbare</b>	11:30-12:00
12:00-12:30						12:00-12:30
12:30-13:00						12:30-13:00
13:00-13:30						13:00-13:30
13:30-14:00						13:30-14:00
14:00-14:30	14:00-15:00 <b>ReHa Sport nach Krebs</b>		13:45-14:45 <b>Lungensport verschoben auf Freitag, 10 Uhr, BWZ2</b>	13:45-14:40 <b>verschoben auf Do, 9, 10 oder 11 Uhr, BWZ2, Kunstrasen</b>		14:00-14:30
14:30-15:00						14:30-15:00
15:00-15:30	15:00-16:00 <b>Reha Orthop.</b>	15:00 - 16:00 <b>Lungensport</b>		14.40-15.35 und 15.40-16.25 <b>2x Ortho</b>		15:00-15:30
15:30-16:00			15.30-17.00 <b>Herzsport Reha Stadion, 15 oder 16 Uhr</b>			15:30-16:00
16:00-16:30	16:00-17:00 <b>Sport nach Krebs</b>	16:00 - 17:00 <b>Sport nach Krebs</b>			16:00-16:45 <b>Dance 4 Kids 7-10 J. DANCE</b>	16:00-16:30
16:30-17:00				16:30-17:30 <b>Seniorengymnastik</b>		16:30-17:00
17:00-17:30	17:00-17:45 <b>KURS -Body Tuning</b>	17:00-18:30 <b>Herzsport Übungsgruppe</b>	17:00-18:00 <b>Gymnastik (mittel/stark)</b>		17:00-17:45 <b>Dance 4 Teens (aus GymRaum)</b>	17:00-17:30
17:30-18:00				17:30-18:30 <b>Gymnastik (mittel)</b>		17:30-18:00
18:00-18:30	17:45-18:30 <b>verschoben aus GymRaum JAZZ Kids 5-7 J. DANCE</b>	18:30-19:30 <b>Wirbelsäulengymnastik Tartan</b>	18:00-19:00 <b>KURS Power Core</b>		18:00-19:00 Olga Wintz <b>Kurs Piloxing Tartan</b>	18:00-18:30
18:30-19:00				18:30-19:45 <b>KURS- Power Dumbell</b>		18:30-19:00
19:00-19:30	18:45-19:45 <b>KURS-HIT Tartan</b>	19:30-20:30 entfällt <b>KURS-Hot Iron</b>	19:00-20:15 <b>KURS 10 to 10 Tartan/Halle</b>		19:00-20:00 <b>KURS-Pilates</b>	19:00-19:30
19:30-20:00						19:30-20:00
20:00-20:30	19:45-20:45 entfällt <b>KURS-Hot Iron</b>			20:00-21:15 <b>KURS-Antara</b>		20:00-20:30
20:30-21:00		20:30-21:30 Uhr <b>KURS-10 to 10 Tartan/Halle</b>	20:30-22:00 <b>Tartan</b>			20:30-21:00
21:00-21:30	20:45-21:30 entfällt <b>KURS-AROHA</b>		<b>Total Body Workout for Men</b>			21:00-21:30
21:30-22:00						21:30-22:00

# MTV Bewegungszentrum I - Gymnastikraum

Gültig: 15.06-29.07.2020

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
07:30-08:00						07:30-08:00
08:00-08:30					8:00 - 09:00 <b>Kurs ChiFit</b>	08:00-08:30
08:30-09:00	8:30-9:45 <b>Tartan/GymRaum</b> <b>KURS Toso X</b>	8:40-9:40 <b>Yoga nur 30.6. und 8.7.</b>	8:30-9:30 <b>KURS-Yoga (bei gutem Wetter in MTV Sporthalle EG)</b>	09:00-10:00 <b>Reha-Orthopädie BWZ 2, Brünner Str. 11, Kunstrasen</b>		08:30-09:00
09:00-09:30						09:00-09:30
09:30-10:00	09:45 - 10:45 <b>Reha evtl. Tartan (Gruppenabsprache)</b>	9:40-10:40 <b>Yoga nur 30.6. und 8.7.</b>			09:30-10:30 <b>BikeFit-Kurs</b>	09:30-10:00
10:00-10:30				10:00-11:00 <b>Reha-Orthopädie BWZ 2, Brünner Str. 11, Kunstrasen</b>		10:00-10:30
10:30-11:00	10:45-11:45 <b>Reha evtl. Tartan (Gruppenabsprache)</b>		10:30-11:30 <b>Beckenbodengymnastik</b>	11:00-12:00 <b>Lungensport BWZ 2, Brünner Str. 11, Kunstrasen</b>	10:30-11:30 <b>CardioFit-Kurs</b>	10:30-11:00
11:00-11:30		11:00-12:00 <b>Kindergarten</b>				11:00-11:30
11:30-12:00						11:30-12:00
12:00-12:30						12:00-12:30
12:30-13:00						12:30-13:00
13:00-13:30						13:00-13:30
13:30-14:00						13:30-14:00
14:00-14:30		14:00-15:00 <b>Seniorengymnastik (entfällt)</b>				14:00-14:30
14:30-15:00						14:30-15:00
15:00-15:30	15:15-16:05 <b>Reha-Orthopädie</b>	15:00-16:00 <b>Seniorengymnastik (entfällt)</b>	15:00-15:30 <b>Kindertanz I 3-5 J. DANCE</b>			15:00-15:30
15:30-16:00						15:30-16:00
16:00-16:30	16:15-17:15 <b>Reha-Orthopädie</b>	16.00 - 17.00 von Gymhalle <b>Jazztanz-Jazz-Angels 8-11 Jahre</b>	15:45-16:15 neu Uhr! <b>Kindertanz II 5-7 J. DANCE</b>		16.05 - 16.55 <b>Reha-Orthopädie</b>	16:00-16:30
16:30-17:00						16:30-17:00
17:00-17:30	17:30-18:15 <b>verschoben in GymHalle JAZZ Kids 5-7 J. DANCE</b>	17.00-18.00 <b>Jazztanz-Jazz-Cherries 12-16 Jahre</b>	17:00-18:15 <b>Kurs-Starker Rücken</b>	17:00-18:15 <b>Wechsel GH 20 Uhr KURS Antara</b>	17:00-18:00 <b>verschoben in GymHalle Dance 4 Teens 10-14 J. DANCE</b>	17:00-17:30
17:30-18:00						17:30-18:00
18:00-18:30		18:15-19:15 entfällt <b>BikeFit-Kurs</b>	18:15-19:45 <b>KURS-Yoga</b>	18.15-19.05 <b>Reha-Orthopädie</b>	18:00-19:00 entfällt <b>KURS-Faszien-Yoga</b>	18:00-18:30
18:30-19:00	18:30-19:30 <b>BikeFit-Kurs</b>					18:30-19:00
19:00-19:30					19:00-20:00 <b>KURS - Hatha Yoga</b>	19:00-19:30
19:30-20:00	19:30-20:30 <b>BikeFit-Kurs</b>	19:40-20:40 <b>Yoga-Kurs</b>	19:45-21:00 entfällt <b>Kurs Yoga</b>	19:30-20:30 <b>BikeFit-Kurs</b>		19:30-20:00
20:00-20:30						20:00-20:30
20:30-21:00	20:30-21:30 <b>BikeFit-Kurs</b>	20:40-21:40 <b>Yoga-Kurs</b>		20:30-21:00 <b>Bauch + Rücken intensiv</b>		20:30-21:00
21:00-21:30						21:00-21:30
21:30-22:00						21:30-22:00

# MTV Bewegungszentrum I - Sporthalle EG

Gültig: 15.06-29.07.2020

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
07:30-08:00						07:30-08:00
08:00-08:30						08:00-08:30
08:30-09:00		08:15-09:15 Reha Orthopädie	8:30-9:30 Kurs Yoga (bei schlechtem Wetter in Gymnastikraum)			08:30-09:00
09:00-09:30		9:15-10:15 KURS-BB entfällt	9:30-10:30 Yoga	9:00-10:00 Aerobic/ Arobic Step Tartan	09:00-10:00 Gymnastik	09:00-09:30
09:30-10:00	09:45- 10:45 Gymnastik & KURS -Body Tuning	10.30 - 11.30 Sport nach Schlaganfall entfällt	10:30-11:30 Fitte Senioren	10:00-11:00 Power Gymnastik Tartan		09:30-10:00
10:00-10:30						10:00-10:30
10:30-11:00						10:30-11:00
11:00-11:30	11:00-12:00 KURS -Zumba			11:00-12:30 Kindergarten	11:00-12:30 Kindergarten	11:00-11:30
11:30-12:00						11:30-12:00
12:00-12:30						12:00-12:30
12:30-13:00						12:30-13:00
13:00-13:30						13:00-13:30
13:30-14:00	14.00-14.30 Zwergen-KIDS	14:00-14:45 Vorschulturnen entfällt	14:15-14:45 KIDS Minis		14:00-14:45 Ballsporthschule Ballinos B3	13:30-14:00
14:00-14:30	14:45-15:15 KIDS Minis	15:00-15:45 Vorschulturnen entfällt	15:00-15:45 KIDS 2. Klasse	14:30-15:15 Vorschulturnen entfällt	15:15-15:45 KIDS Minis	14:00-14:30
14:30-15:00	15:30-16:15 KIDS 1.Klasse	16:00-16:30 neu Uhr! KIDS Minis		15:30-16:15 Vorschulturnen entfällt	16:00-16:45 KIDS 1.Klasse	14:30-15:00
15:00-15:30	16:30-17:15 KIDS 2.Klasse	17.00 - 18.30 Herzsport ab 23.6. evtl. Tartan (Gruppenabsprache)	17:00-18:00 Ballsporthschule Allstars A2	16:30-17:15 Eltern-Kind Turnen	17:00-17:45 Uhr Zumba Kids DANCE	15:00-15:30
15:30-16:00	17:30-18:15 KIDS 3/ 4. Klasse	18:30-19:30 KURS-BB Frauen	18:00-19:00 Ballsporthschule Leaders L1	17:30-18:15 Eltern-Kind Turnen	18:00-19:00 Ballsporthschule Leaders L2	15:30-16:00
16:00-16:30	18:30-19:30 Choreo Step – Fortgeschrittene	19.30 - 21.00 Jazztanz-Erwachsene 30'up	19:00-20:00 Tartan Dienstag KURS - Breakletics	18:30-19:30 Tartan KURS -STRONG by Zumba	19:00-20:00 Rock'n'Roll (Jugend Leistungs- und Powerpaare)	16:00-16:30
16:30-17:00	19:30-20:30 Wirbelsäulengymnastik		20:00-21:30 Jazztanz „Just for Fun“	19:30-20:30 KURS - Stepaerobic & BBP		16:30-17:00
17:00-17:30	20:30-21:30 Reha Orthopädie			20:30-22:00 Power-Gymnastik	19:30-22:00 Rock'n'Roll - Erwachsene Breitensport und Showpaare	17:00-17:30
17:30-18:00						17:30-18:00
18:00-18:30						18:00-18:30
18:30-19:00						18:30-19:00
19:00-19:30						19:00-19:30
19:30-20:00						19:30-20:00
20:00-20:30						20:00-20:30
20:30-21:00						20:30-21:00
21:00-21:30						21:00-21:30
21:30-22:00						21:30-22:00

# MTV Bewegungszentrum I - Sporthalle UG

Gültig: 15.06-29.07.2020

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
07:30-08:00						07:30-08:00
08:00-08:30					08:15-09:15 KURS Body-Tuning Tartan	08:00-08:30
08:30-09:00		08:30-09:30 KURS Body Fit	9:30-10:30 HerzFit Stadion, schlechtes Wetter Sporthalle UG		09:15-10:15 entfällt KURS Pilates	08:30-09:00
09:00-09:30						09:00-09:30
09:30-10:00	10:00-10:45 Eltern-Kind Turnen	09:30-10:30 entfällt Body Tuning für Mamas strong	10:15-11:00 Eltern-Kind Turnen MINI			09:30-10:00
10:00-10:30		10:30-11:30 entfällt Body Tuning für Mamas soft		10:30-11:30 Kindergarten Brünner	10:30-11:30 Orthopädie	10:00-10:30
10:30-11:00			11:00-12:30 Kindergarten			10:30-11:00
11:00-11:30						11:00-11:30
11:30-12:00						11:30-12:00
12:00-12:30						12:00-12:30
12:30-13:00						12:30-13:00
13:00-13:30						13:00-13:30
13:30-14:00						13:30-14:00
14:00-14:30	14:15-14:45 KIDS Zwerge	14:00-14:45 Ballsporthschule Minis		14:30-15:15 Eltern-Kind Turnen	14:00-14:45 Ballsporthschule Ballinos B2	14:00-14:30
14:30-15:00						14:30-15:00
15:00-15:30	15:00-15:30 KIDS Minis	15:00-15:45 Eltern-Kind Turnen	15:00-15:45 Eltern-Kind Turnen	15:30-16:15 Eltern-Kind Turnen	15:15-15:45 KIDS Minis	15:00-15:30
15:30-16:00						15:30-16:00
16:00-16:30	16:00-16:45 Eltern-Kind Turnen	16:00-16:45 Eltern-Kind Turnen	16:00-16:45 Eltern-Kind Turnen	16:30-17:15 Eltern-Kind Turnen Mini	16:00-16:45 KIDS 3./4.Klasse	16:00-16:30
16:30-17:00						16:30-17:00
17:00-17:30	17:00-17:45 Eltern-Kind Turnen	17:00-17:45 Eltern-Kind Turnen	17:00-18:30 Herzsport Stadion, 9.30, 10.30, 15.00 oder 16,00 Uhr	17:30-18:30 BALL	17:00-18:00 Ballsporthschule Allstars A3	17:00-17:30
17:30-18:00						17:30-18:00
18:00-18:30	18:00-19:15 KURS - Yoga für Anfänger		18:30-19:30 KURS-Pilates	18:30-19:45 KURS Body-Tuning		18:00-18:30
18:30-19:00					18:00 - 19:45 Kok Sool Won	18:30-19:00
19:00-19:30	19:15 -20.30 KURS - Faszi Yoga			19:45-20:45 entfällt KURS-Yoga Hatha		19:00-19:30
19:30-20:00		19:30-21:30 Judo - Erwachsene	19:45-21:00 Kurs - Antara			19:30-20:00
20:00-20:30						20:00-20:30
20:30-21:00					19:45 22:00 Aikido	20:30-21:00
21:00-21:30						21:00-21:30
21:30-22:00						21:30-22:00

# MTV Bewegungszentrum I - Bewegungsland

Gültig: 15.06-29.07.2020

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
07:30-08:00						07:30-08:00
08:00-08:30						08:00-08:30
08:30-09:00						08:30-09:00
09:00-09:30						09:00-09:30
09:30-10:00						09:30-10:00
10:00-10:30	10:00-13:00 <b>Kindergarten</b>					10:00-10:30
10:30-11:00						10:30-11:00
11:00-11:30			11:00-13:00 <b>Kindergarten</b>	11:00-13:00 <b>Kindergarten</b>	11:00-13:00 <b>Kindergarten</b>	11:00-13:00 <b>Kindergarten</b>
11:30-12:00						11:30-12:00
12:00-12:30						12:00-12:30
12:30-13:00						12:30-13:00
13:00-13:30						13:00-13:30
13:30-14:00						13:30-14:00
14:00-14:30						14:00-14:30
14:30-15:00						14:30-15:00
15:00-15:30						15:00-15:30
15:30-16:00						15:30-16:00
16:00-16:30		16:00-18:00 Uhr Kunstturnen weiblich / KiTu		16:30-17:15 <b>Jugendспортclub</b>		16:00-16:30
16:30-17:00		5/6 und 7/8 Jahre				16:30-17:00
17:00-17:30				17:30 - 19.15 <b>Kunstturnen männlich</b>		17:00-17:30
17:30-18:00	17:30 - 19.15 <b>Kunstturnen männlich</b>	18:00-20:00 Uhr <b>Kunstturnen weiblich</b>		Jhg.95-98 Jhg.96-98-Wk-Gruppe		17:30-18:00
18:00-18:30	Jhg.95-98	Jhg. 2000-2003				18:00-18:30
18:30-19:00						18:30-19:00
19:00-19:30						19:00-19:30
19:30-20:00						19:30-20:00
20:00-20:30	19:15 - 21:30 <b>Kunstturnen männlich</b>		20.00 - 22.00 Uhr Rock'n'Roll-Erwachsene Turnier und Powerpaare	19:15 - 21:30 <b>Kunstturnen männlich</b>	20.00 - 22.00 Uhr Rock'n'Roll-Erwachsene Turnier und Powerpaare	20:00-20:30
20:30-21:00	Jhg.94+älter-LigaJugend/Aktive		<b>Cheerleading - Seniors ab 16 Jahre</b>	Jhg.95+älter-LigaJugend/Aktive		20:30-21:00
21:00-21:30						21:00-21:30
21:30-22:00						21:30-22:00

# MTV Bewegungszentrum I - Tartanplatz

Gültig: 15.06-29.07.2020

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
07:30-08:00						07:30-08:00
08:00-08:30						08:00-08:30
08:30-09:00	8:30-9:45 <b>KURS Toso X</b>	8:30-9:15 <b>Gymnastik</b>	8:15-9:00 <b>Gymnastik</b>	9:00-9:45 <b>Aerobic</b>	08:15-09:15 <b>KURS Body-Tuning</b>	08:30-09:00
09:00-09:30						09:00-09:30
09:30-10:00	9:50-10:25 <b>Reha Ortho (S. Goldschmidt)</b>			10:00-10:45 <b>Gymnastik</b>		09:30-10:00
10:00-10:30						10:00-10:30
10:30-11:00	10:45-11:30 <b>Reha Ortho (S. Goldschmidt)</b>					10:30-11:00
11:00-11:30						11:00-11:30
11:30-12:00						11:30-12:00
12:00-12:30						12:00-12:30
12:30-13:00						12:30-13:00
13:00-13:30						13:00-13:30
13:30-14:00						13:30-14:00
14:00-14:30						14:00-14:30
14:30-15:00						14:30-15:00
15:00-15:30						15:00-15:30
15:30-16:00						15:30-16:00
16:00-16:30						16:00-16:30
16:30-17:00						16:30-17:00
17:00-17:30		17:00-18:15 <b>Reha Herzsport</b>			17:00-18:00 <b>KURS-Zumba</b>	17:00-17:30
17:30-18:00				17:30-18:30 <b>Männer40Plus</b>		17:30-18:00
18:00-18:30	17:45-18:45 <b>KURS-Zumba</b>				18:00-19:00 <b>Kurs Piloxing</b>	18:00-18:30
18:30-19:00		18:30-19:15 <b>WSG</b>		18:30-19:30 <b>KURS-STRONG by Zumba</b>		18:30-19:00
19:00-19:30	18:45-19:45 <b>KURS-HIT</b>		19:00-20:15 <b>KURS 10 to 10</b>			19:00-19:30
19:30-20:00		19:30-20:30 <b>KURS - Breakletics</b>				19:30-20:00
20:00-20:30	19:45-21:00 <b>Gymnastik</b>			20:00-21:00 <b>KURS-Zumba</b>		20:00-20:30
20:30-21:00		20:30-21:30 Uhr <b>KURS-10 to 10</b>	20:30-22:00 <b>KURS Total Body Workout for Men</b>			20:30-21:00
21:00-21:30						21:00-21:30
21:30-22:00						21:30-22:00



# MTV Bewegungszentrum II - Sportraum UG

Gültig: 15.06-29.07.2020

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
07:30-08:00						07:30-08:00
08:00-08:30						08:00-08:30
08:30-09:00						08:30-09:00
09:00-09:30			09.30-10.30 Kurs Yoga Anfänger			09:00-09:30
09:30-10:00					09:15-10:15 entfällt KURS Pilates	09:30-10:00
10:00-10:30			10.30-11.30 entfällt Kurs Yoga			10:00-10:30
10:30-11:00						10:30-11:00
11:00-11:30						11:00-11:30
11:30-12:00						11:30-12:00
12:00-12:30						12:00-12:30
12:30-13:00						12:30-13:00
13:00-13:30						13:00-13:30
13:30-14:00						13:30-14:00
14:00-14:30						14:00-14:30
14:30-15:00						14:30-15:00
15:00-15:30						15:00-15:30
15:30-16:00						15:30-16:00
16:00-16:30						16:00-16:30
16:30-17:00						16:30-17:00
17:00-17:30						17:00-17:30
17:30-18:00						17:30-18:00
18:00-18:30	17:30-18:30 entfällt KURS-Qigong	18:00-19:00 entfällt Kurs-Anfänger Yoga ab 04/20				18:00-18:30
18:30-19:00			18:15-19:30 entfällt Kurs-Anfänger Yoga ab 04/20		18:30-19:30 entfällt Kurs Yoga Anfänger	18:30-19:00
19:00-19:30	18:30-19:30 entfällt KURS-Yoga			19:00-20:00 entfällt Kurs Yoga		19:00-19:30
19:30-20:00			19:30-20:30 entfällt KURS-Yoga			19:30-20:00
20:00-20:30	19:30-21:00 entfällt KURS-Yin&Yang Yoga	Darts			Darts	20:00-20:30
20:30-21:00						20:30-21:00
21:00-21:30						21:00-21:30
21:30-22:00						21:30-22:00