

# SCHNUPPERN Faschingsferien



20. Februar bis 24. Februar 2023  
Angebote ausschließlich mit der MTV-Sportkarte **Plus** + nutzbar



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

Wann		Was	Ziel- gruppe	Teilnehmer max.	Übungs- leiter	Halle	Bemerkungen	
20.02.	Mo	09:00-10:00	Starker Rücken	E	25	Sandra T.	Gymnastikhalle	Bitte Matte und Getränk mitbringen
		10:00-11:00	Pilates	E	25	Sandra T.	Gymnastikhalle	Bitte Matte und Getränk mitbringen
		17:00-17:45	Body-Tuning	E	25	Cristina H.	UG Halle	Bitte Matte und Getränk mitbringen
		17:45-18:45	Zumba	E	50	Cristina H.	UG Halle	Bitte Getränk mitbringen
		18:30-19:30	BikeFit	E	24	Angi	Gymnastikhalle	Bitte Matte und Getränk mitbringen
		18:45-19:45	HIT	E	30	Cristina H.	UG Halle	Bitte Matte und Getränk mitbringen
		19:30-20:30	10 to 10	E	30	Andi	Gymnastikhalle	Bitte Matte und Getränk anbieten
21.02.	Di	08:30-09:30	Yoga	E	25	Sandra W.	Gymnastikhalle	Bitte Matte und Getränk mitbringen
		09:45-10:45	Faszientraining mit Flexibar & Blackroll	E	30	Sandra W.	Gymnastikhalle	Bitte Matte und Getränk mitbringen
		18:00-19:00	Pilates	E	25	Kathrin	Gymnastikhalle	Bitte Matte und Getränk mitbringen
		19:00-20:00	Langhantel	E	30	Kathrin	Gymnastikhalle	Bitte Matte und Getränk mitbringen
		18:00-19:30	Aerialyoga	E	6	Susanne	UG Halle	<b>Onlineanmeldung erforderlich:</b> <a href="https://mtv-ludwigsburg.de/produkt/aerial-yoga-specials-23-11/">https://mtv-ludwigsburg.de/produkt/aerial-yoga-specials-23-11/</a>
22.02.	Mi	17:00-18:00	Gymnastik	E	30	Afsoon	UG Halle	Bitte Matte und Getränk mitbringen
		18:00-19:30	Pilates Frühjahrsfit	E	25	Doris	UG Halle	Niveau: Anfänger-Mittelstufe Bitte Matte, Handtuch, Klotz, Yogaband und Getränk mitbringen
		18:30-19:30	BikeFit	E	24	Angi	Gymnastikhalle	Bitte Getränk mitbringen
		19:30-21:00	Yoga, Faszien Elemente	E	25	Doris	UG Halle	Niveau: Anfänger-Mittelstufe Bitte Matte, Handtuch, Klotz, Yogaband und Getränk mitbringen
		19:30-20:30	10 to 10	E	30	Andi	Gymnastikhalle	Bitte Matte und Getränk mitbringen
23.02.	Do	09:00-10:00	Starker Rücken	E	25	Alexandra	Gymnastikhalle	Bitte Matte und Getränk mitbringen
		10:00-11:00	Fünf Esslinger	E	25	Alexandra	Gymnastikhalle	Bitte Matte und Getränk mitbringen
		17:00-18:00	Body-Tuning	E	30	Afsoon	UG Halle	Bitte Matte und Getränk mitbringen
		18:00-19:00	Jumping4FUN	E	15	Afsoon	UG Halle	Bitte Getränk mitbringen
		19:30-20:30	Tabata	E	30	Peter	Gymnastikhalle	Bitte Matte und Getränk mitbringen
		19:15-20:45	Aerialyoga	E	6	Susanne	UG Halle	<b>Onlineanmeldung erforderlich:</b> <a href="https://mtv-ludwigsburg.de/produkt/aerial-yoga-specials-23-12/">https://mtv-ludwigsburg.de/produkt/aerial-yoga-specials-23-12/</a>
24.02.	Fr	09:00-10:00	Starker Rücken	E	25	Sandra T.	Gymnastikhalle	Bitte Matte und Getränk mitbringen
		10:00-11:00	Yoga	E	25	Sandra T.	Gymnastikhalle	Bitte Matte und Getränk mitbringen
		11:00-12:00	BikeFit mit Gym	E/S	24	Silke	Gymnastikhalle	Bitte Matte und Getränk mitbringen
		17:00-18:00	Zumba	E	50	Oli	Gymnastikhalle	Bitte Getränk mitbringen