

**Das TOR zur Fitness.....
..... ist der T V E**

von Januar bis April 2020



Aktiv&Beweglich mit 60+

Donnerstags 09:00 – 10:00 Uhr **16.01.-02.04.** **Akt a20**
Gebühren für 11 Einheiten: Mitglieder 22€ Nichtmitglieder 60,50€

Feet up - Yoga Kopfstandhocker

Mittwochs 08:30 – 09:30 Uhr **15.01.-01.04.** **Feet1 a20**
Gebühren für 12 Einheiten: Mitglieder 60€ Nichtmitglieder 96€

Feldenkrais

Dienstags 20:00 – 21:00 Uhr **07.01.-31.03.** **FdK a20**
Gebühren für 12 Einheiten: Mitglieder 24€ Nichtmitglieder 66€

Fitness&Ausdauer für Männer 50+

Donnerstags *ausgebucht* 20:15 – 21:15 Uhr **16.01.-02.04.** **FAM a20**
Gebühren für 12 Einheiten: Mitglieder 24€ Nichtmitglieder 66€

Gesundheitspluspunkt für Kids von 4-8 Jahre

„Psychomotorik ist der Weg zu mir und die Brücke zum Anderen“

Mittwochs 15:30 – 17:00 Uhr **15.01.-01.04.** **PSY a20**
Gebühren für 12 Einheiten: Mitglieder 60€ Nichtmitglieder 120€

Jumping Fitness

(nicht geeignet für Schwangere, TN mit Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems oder Beckenbodenproblemen)

Montags 18:15 – 19:15 Uhr **13.01.-23.03.** **Jump3 a20**
19:15 – 20:15 Uhr **13.01.-23.03.** **Jump4 a20**
Dienstags 17:45 – 18:45 Uhr **14.01.-24.03.** **Jump1 a20**
18:45 – 19:45 Uhr **14.01.-24.03.** **Jump2 a20**
Gebühren für 10 Einheiten: Mitglieder 30€ Nichtmitglieder 60€

Pilates

Donnerstags 10:00 - 11:00 Uhr **16.01.-02.04.** **Pil1 a20**
Gebühren für 12 Einheiten: Mitglieder 24€ Nichtmitglieder 66€

Rücken-Fitness-Mix

Dienstags	19:00 – 20:00 Uhr	14.01.-31.03.	RFM1 a20
Dienstags	20:00 – 21:00 Uhr	14.01.-31.03.	RFM2 a20
Gebühren für 12 Einheiten: Mitglieder 24€		Nichtmitglieder 66€	

Tai Chi

Montags	10:00 – 11:30 Uhr	13.01.-30.03.	TC1 a20
Gebühren für 12 Einheiten: Mitglieder 60€		Nichtmitglieder 120€	
Mittwochs	17:00 – 18:00 Uhr	15.01.-01.04.	TC2 a20
Gebühren für 11 Einheiten: Mitglieder 55€		Nichtmitglieder 110€	

Wirbelsäulengymnastik

Dienstags	(12x)	18:00 – 19:00 Uhr	14.01.-31.03.	WSG1 a20
Donnerstags	<i>ausgebucht</i> (12x)	09:00 – 10:00 Uhr	16.01.-02.04.	WSG2 a20
Donnerstags	<i>ausgebucht</i> (11x)	16:00 – 17:00 Uhr	16.01.-02.04.	WSG4 a20
Gebühren für 11/12 Einheiten: Mitglieder 22/24€		Nichtmitglieder 60,50€/66€		

Yoga

Mittwochs	20:00 – 21:30 Uhr	15.01.-01.04.	YOG3 a20
Gebühren für 12 Einheiten: Mitglieder 60€		Nichtmitglieder 120€	

Faszien-Yoga

Freitags	09:30 – 11:00 Uhr	17.01.-27.03.	YOG2 a20
Gebühren für 11 Einheiten: Mitglieder 55€		Nichtmitglieder 110€	

Zumba

Freitags	19:00 – 20:00 Uhr	17.01.-03.04.	ZUM a20
Gebühren für je 12 Einheiten: Mitglieder 24€		Nichtmitglieder 66€	

Der Verein behält sich vor, Kurse aufgrund zu geringer Teilnehmerzahl nicht stattfinden zu lassen.

65760 Eschborn, Hauptstr. 33 / 0 6196 – 95 54 15 (AB)

www.tv-eschborn.de / info@tv-eschborn.de>>> www.facebook.com/tveschborn <<<

SelbsTVErständlich können Sie jederzeit zum Schnuppern vorbeikommen!