

**Das *TOR* zur Fitness
ist der *TVE*
von September bis Dezember 2021**

Rücken-Fitness-Mix – mit Brigitte

Dienstags 18:00 – 19:00 Uhr **31.08.-07.12. RFM1 c21**
Gebühren für 13 Einheiten: Mitglieder 39 € Nichtmitglieder 78 €

Jumping Fitness - mit Melanie

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

Montags 18:15 – 19:15 Uhr **25.10.-07.12. Jump3 e21**
19:15 – 20:15 Uhr **25.10.-07.12. Jump4 e21**

Mittwochs 18:15 – 19:15 Uhr **27.10.-08.12. Jump1 e21**
19:15 – 20:15 Uhr **27.10.-08.12. Jump2 e21**

Gebühren für 7 Einheiten: Mitglieder 24,50 € Nichtmitglieder 49 €

Tai Chi - mit Nikolai und Reinhold

Montags 10:00 – 11:30 Uhr **04.10.-13.12. TC1 d21**
Gebühren für 9 Einheiten: Mitglieder 67,50 € Nichtmitglieder 135 €

Mittwochs 17:00 – 18:00 Uhr **20.10.-08.12. TC2 d21**
Gebühren für 8 Einheiten: Mitglieder 40 € Nichtmitglieder 80 €

Yoga – mit Anna-Maria

Mittwochs 10:00 – 11:30 Uhr **01.09.-15.12. YOG1 c21**
Gebühren für 14 Einheiten: Mitglieder 84 € Nichtmitglieder 168 €

Faszien-Yoga - mit Melanie

Freitags 09:30 – 11:00 Uhr **03.09.-17.12. YOG2 c21**
Gebühren für 14 Einheiten: Mitglieder 84 € Nichtmitglieder 168 €

Vinyasa-Yoga - mit Cora

Dienstags 20:00 – 21:30 Uhr **31.08.-14.12. YOG3 c21**
Gebühren für 14 Einheiten: Mitglieder 84 € Nichtmitglieder 168 €

Feet up - Yoga Kopfstandhocker - mit Manja

Mittwochs 08:30 – 09:30 Uhr **01.09.-15.12. Feet c21**
Gebühren für 14 Einheiten: Mitglieder 70 € Nichtmitglieder 112 €

Pilates - mit Michaela

Donnerstags 10:00 - 11:00 Uhr **23.09.-09.12. Pil c21**
Gebühren für 12 Einheiten: Mitglieder 36 € Nichtmitglieder 72 €

Fit & Aktiv im Alltag - mit Ursula

Donnerstags 09:00 – 10:00 Uhr **07.10.-09.12. FitAkt 1 d21**
Donnerstags 16:00 – 17:00 Uhr **07.10.-09.12. FitAkt 2 d21**
Gebühren für 10 Einheiten: Mitglieder 30 € Nichtmitglieder 60 €

Aktiv&Beweglich mit 60+ mit Ursula

Donnerstags 10:00 – 11:00 Uhr **07.10.-09.12. Akt d21**
Gebühren für 10 Einheiten: Mitglieder 30 € Nichtmitglieder 60 €

Fitness&Ausdauer für Männer 50+ mit Thomas (ausgebucht)

Donnerstags 20:15 – 21:15 Uhr **05.08.-16.12. FAM c21**
Gebühren für 16 Einheiten: Mitglieder 48 € Nichtmitglieder 86 €

Deepwork – mit Manja

Freitags 19:00 – 20:00 Uhr **05.11.-10.12. Deep d21**
Gebühren für 6 Einheiten: Mitglieder 18 € Nichtmitglieder 36 €

Zumba – mit Katarina

Sonntags 11:00 – 12:00 Uhr **12.09.-12.12. Zum c21**
Gebühren für 12 Einheiten: Mitglieder 36 € Nichtmitglieder 72 €

Salsation - mit Agnieszka

Dienstags 19:00 - 20:00 Uhr **26.10.-14.12. Salsa d21**
Gebühren für 6 Einheiten: Mitglieder 18 € Nichtmitglieder 36 €

Gesundheitspluspunkt für Kids von 4-6 Jahre

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

Mittwochs 15:30 – 17:00 Uhr **08.09.-01.12. PSY c21**
Gebühren für 11 Einheiten: Mitglieder 99€ Nichtmitglieder 198€

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 sich jederzeit zu einer Schnupperstunde anmelden!