

Das **TOR** zur Fitness.....

..... ist der **TVE**

von Januar bis April 2019



### **Aktiv&Beweglich mit 60+**

Donnerstags 09:00 – 10:00 Uhr **17.01.-11.04.** **Akt a19**  
Gebühren für 12 Einheiten: Mitglieder 24€ Nichtmitglieder 66€

### **Feet up - Yoga Kopfstandhocker**

„Betrachte die Welt mal aus einer anderen Perspektive“

Mittwochs 08:00 – 09:00 Uhr **16.01.-03.04.** **Feet1 a19**  
Mittwochs 09:15 – 10:15 Uhr **16.01.-03.04.** **Feet2 a19**  
Gebühren für 12 Einheiten: Mitglieder 60€ Nichtmitglieder 96€

### **Feldenkrais**

„Entdecke die Leichtigkeit des Seins“

Dienstags 20:00 – 21:00 Uhr **15.01.-09.04.** **FdK a19**  
Gebühren für 12 Einheiten: Mitglieder 24€ Nichtmitglieder 60€

### **Fitness&Ausdauer für Männer 50+**

Donnerstags *ausgebucht* 20:15 – 21:15 Uhr **17.01.-04.04.** **FAM a19**  
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“ R.Schunkert

Mittwochs *ausgebucht* 15:30 – 17:00 Uhr **23.01.-10.04.** **PSY a19**  
Gebühren für 12 Einheiten: Mitglieder 60€ Nichtmitglieder 120€

### **Jumping Fitness für Teens (14 – 18 Jahre)**

Donnerstags 18:00 – 19:00 Uhr **24.01.-28.03.** **Jump3 a19**  
Gebühren für 10 Einheiten: Mitglieder 20€ Nichtmitglieder 40€

### **Jumping Fitness**

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

Dienstags *ausgebucht* 18:00 – 19:00 Uhr **22.01.-26.03.** **Jump1 a19**  
19:00 – 20:00 Uhr **22.01.-26.03.** **Jump2 a19**  
Gebühren für 10 Einheiten: Mitglieder 30€ Nichtmitglieder 60€

## Pilates

Donnerstags	10:15 - 11:15 Uhr	<b>17.01.-11.04.</b>	<b>Pil1 a19</b>
Samstags	10:00 - 11:00 Uhr	<b>19.01.-30.03.</b>	<b>Pil2 a19</b>
Gebühren für 10 Einheiten: Mitglieder 20€		Nichtmitglieder 55€	

## Rücken-Fitness-Mix

Dienstags	19:00 – 20:00 Uhr	<b>15.01.-02.04.</b>	<b>RFM1 a19</b>
Dienstags	20:00 – 21:00 Uhr	<b>15.01.-02.04.</b>	<b>RFM2 a19</b>
Gebühren für 12 Einheiten: Mitglieder 24€		Nichtmitglieder 66€	

## Tai Chi

Montags	10:00 – 11:30 Uhr	<b>14.01.-08.04.</b>	<b>TC1 a19</b>
Gebühren für 13 Einheiten: Mitglieder 71,50€		Nichtmitglieder 143€	
Mittwochs	17:00 – 18:00 Uhr	<b>16.01.-10.04.</b>	<b>TC2 a19</b>
Gebühren für 12 Einheiten: Mitglieder 54€		Nichtmitglieder 108€	

## Wirbelsäulengymnastik

Dienstags	(12x) 18:00 – 19:00 Uhr	<b>15.01.-02.04.</b>	<b>WSG1 a19</b>
Donnerstags	<i>ausgebucht</i> (10x) 09:00 – 10:00 Uhr	<b>17.01.-11.04.</b>	<b>WSG2 a19</b>
Donnerstags	<i>ausgebucht</i> (12x) 16:00 – 17:00 Uhr	<b>17.01.-11.04.</b>	<b>WSG4 a19</b>
Gebühren für 10/12 Einheiten: Mitglieder 20€/24€		Nichtmitglieder 55€/66€	

## Yoga

Mittwochs	<i>ausgebucht</i> 20:00 – 21:30 Uhr	<b>16.01.-03.04.</b>	<b>YOG3 a19</b>
Gebühren für 12 Einheiten: Mitglieder 54€		Nichtmitglieder 108€	

## Faszien-Yoga

Freitags	09:30 – 11:00 Uhr	<b>18.01.-05.04.</b>	<b>YOG2 a19</b>
Gebühren für 12 Einheiten: Mitglieder 54€		Nichtmitglieder 108€	

## Zumba

„Tanz dir die Seele aus dem Leib“

Freitags	19:00 – 20:00 Uhr	<b>25.01.-05.04.</b>	<b>ZUM a19</b>
Gebühren für je 11 Einheiten: Mitglieder 22€		Nichtmitglieder 60,50€	

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

[www.tv-eschborn.de](http://www.tv-eschborn.de) / [info@tv-eschborn.de](mailto:info@tv-eschborn.de)

>>> [www.facebook.com/tveschborn](https://www.facebook.com/tveschborn) <<<

SelbstTVErständlich können Sie jederzeit zum Schnuppern vorbeikommen!