

SommerProgramm 2025



Bitte ankreuzen oder per Kurswahl per Mail an kurse@sportplatz-km.de

KW 28				
Mo, 7.7.	Di, 8.7.	Mi, 9.7.	Do, 10.7.	Fr, 11.7.
	<input type="checkbox"/> 17:45-18:45 StepAerobic	<input type="checkbox"/> 10:00-11:00 MamaFit		
KW 29				
Mo, 14.7.	Di, 15.7.	Mi, 16.7.	Do, 17.7.	Fr, 18.7.
	<input type="checkbox"/> 17:45-18:45 StepAerobic	<input type="checkbox"/> 10:00-11:00 MamaFit		
KW 30				
Mo, 21.7.	Di, 22.7.	Mi, 23.7.	Do, 24.7.	Fr, 25.7.
<input type="checkbox"/> 18:30-19:30 Step <input type="checkbox"/> 19:00-20:30 4xF meets Ru	<input type="checkbox"/> 8:00-9:30 Walking <input type="checkbox"/> 17:45-18:45 StepAerobic	<input type="checkbox"/> 10:00-11:00 MamaFit	<input type="checkbox"/> 17:30-18:30 RückenFit Zirkel	<input type="checkbox"/> 8:00-9:00 Good Morning
KW 31				
Mo, 28.7.	Di, 29.7.	Mi, 30.7.	Do, 31.7.	Fr, 1.8.
<input type="checkbox"/> 18:30-19:30 Step <input type="checkbox"/> 19:00-20:30 4xF meets Ru	<input type="checkbox"/> 17:45-18:45 StepAerobic <input type="checkbox"/> 19:00-20:30 Yoga für die Selbstliebe	<input type="checkbox"/> 10:00-11:00 MamaFit	<input type="checkbox"/> 9:00-10:00 Yoga ad Stuhl 1 <input type="checkbox"/> 10:15-11:15 Yoga ad Stuhl 2 <input type="checkbox"/> 17:30-18:30 RückenFit Zirkel <input type="checkbox"/> 18:00-19:00 Yoga	<input type="checkbox"/> 8:00-9:00 Good Morning
KW 32				
Mo, 4.8.	Di, 5.08.	Mi, 6.8.	Do, 7.8.	Fr, 8.8.
<input type="checkbox"/> 18:30-19:30 Step <input type="checkbox"/> 19:00-20:30 4xF meets Ru	<input type="checkbox"/> 8:00-9:00 Slow Motion <input type="checkbox"/> 17:45-18:45 StepAerobic	<input type="checkbox"/> 10:00-11:00 MamaFit	<input type="checkbox"/> 9:00-10:00 Yoga ad Stuhl 1 <input type="checkbox"/> 10:15-11:15 Yoga ad Stuhl 3 <input type="checkbox"/> 17:30-18:30 RückenFit Zirkel <input type="checkbox"/> 18:00-19:00 Yoga	<input type="checkbox"/> 8:00-9:00 Good Morning
KW 33				
Mo, 11.8.	Di, 12.8.	Mi, 13.8.	Do, 14.8.	Fr, 15.8.
<input type="checkbox"/> 18:30-19:30 Step	<input type="checkbox"/> 8:00-9:00 Slow Motion <input type="checkbox"/> 17:45-18:45 StepAerobic	<input type="checkbox"/> 10:00-11:00 MamaFit	<input type="checkbox"/> 9:00-10:00 Yoga ad Stuhl 1 <input type="checkbox"/> 10:15-11:15 Yoga ad Stuhl 2 <input type="checkbox"/> 18:00-19:00 Yoga	
KW 34				
Mo, 18.8.	Di, 19.8.	Mi, 20.8.	Do, 21.8.	Fr, 22.8.
<input type="checkbox"/> 18:30-19:30 Step	<input type="checkbox"/> 8:00-9:00 Slow Motion <input type="checkbox"/> 17:45-18:45 StepAerobic		<input type="checkbox"/> 9:00-10:00 Yoga ad Stuhl 1 <input type="checkbox"/> 10:15-11:15 Yoga ad Stuhl 2 <input type="checkbox"/> 18:00-19:00 Yoga	<input type="checkbox"/> 17:45-18:45 Funkt.Training
KW 35				
Mo, 25.8.	Di, 26.8.	Mi, 27.8.	Do, 28.8.	Fr, 29.8.
	<input type="checkbox"/> 17:45-18:45 StepAerobic		<input type="checkbox"/> 9:00-10:00 Yoga ad Stuhl 1 <input type="checkbox"/> 10:15-11:15 Yoga ad Stuhl 2 <input type="checkbox"/> 17:30-18:30 RückenFit Zirkel	<input type="checkbox"/> 8:00-9:00 Good Morning <input type="checkbox"/> 17:45-18:45 Funkt.Training
KW 36				
Mo, 1.9.	Di, 2.9.	Mi, 3.9.	Do, 4.9.	Fr, 5.9.
	<input type="checkbox"/> 17:45-18:45 StepAerobic		<input type="checkbox"/> 17:30-18:30 RückenFit Zirkel	<input type="checkbox"/> 8:00-9:00 Good Morning <input type="checkbox"/> 17:45-18:45 Funkt.Training
KW 37				
Mo, 8.9.	Di, 9.9.	Mi, 10.9.	Do, 11.9.	Fr, 12.9.
<input type="checkbox"/> 18:30-19:30 Step		<input type="checkbox"/> 18:30-20:00 Yoga für den A	<input type="checkbox"/> 18:30-19:30 Yoga	<input type="checkbox"/> 17:45-18:45 Funkt.Training



GENERATIONEN BEWEGEN



SommerProgramm 2024



Step mit Maren (montags, Bewegungsraum SportNest/Campus Münchingen)
4xF meets Running -Outdoor- (Voraussetzung 6:30 min/km) mit Micha (montags, Treffpunkt SportNest)
SlowMotion (sanfte Fitness am Morgen) mit Susi (dienstags, Bewegungsraum SportNest)
Yoga für die Selbstliebe/Yoga für den Abend mit Petra (Dienstag und Mittwoch, Bewegungsraum SportNest)
StepAerobic meets BodyWorkout mit Nicole (dienstags, Bewegungsraum SportNest)
MamaFit mit Nina (mittwochs, Bewegungsraum SportNest)
Yoga auf dem Stuhl 1+2 im Grünen mit Petra (donnerstags, Lilienstr. 18, Streuobstwiese hinterm Haus)
RückenFitZirkel mit Bettina (donnerstags Campus Münchingen Tartanplatz)
Yoga mit Maren (donnerstags, Bewegungsraum SportNest/Campus Münchingen)
Functional Training mit Hung (freitags, Bewegungsraum SportNest)
RückenFit GoodMorning mit Bettina (Treffpunkt Kallypso Waldeingang)
Kosten je Kurseinheit: 5 € für Mitglieder, 6 € für Nicht-Mitglieder

Bitte ankreuzen und im SportNest, Schulstr. 2 einwerfen oder Kurswahl per Mail an kurse@sportplatz-km.de senden.

Verbindliche Buchung, keine Erstattung möglich bei Nicht-Besuch.

Bei wetterbedingtem Kursausfall wird die Gebühr reduziert.

Name: _____

Mailadresse: _____

Handynummer: _____

IBAN: _____

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige den Zahlungsempfänger (SportPlatz Korntal-Münchingen e.V., Gerhart-Hauptmann-Str. 19, 70825 Korntal-Münchingen, Gläubiger-ID-Nr.:

Ort, Datum und Unterschrift Kontoinhaber: _____

Hiermit erkläre ich mich damit einverstanden, dass die angegebenen personenbezogenen Daten vom o.a. Verein erhoben und verarbeitet werden



GENERATIONEN BEWEGEN

