

KURSPLAN

TSV KOTTERN - ST. MANG

→ September –
Dezember 2025

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
07.30 - 08.15 ⊕ <i>Reha-Sport Orthopädie</i> in der Franz-Mayr-Halle				07.30 - 08.30 NEU ⊕ <i>Pilates</i> mit Petra Linckh 19.09.25-12.12.25 (11) Preis: NM: 88,00 €, M: 49,50 € Probestunde
08.15 - 09.00 ⊕ <i>Reha-Sport Orthopädie</i> in der Franz-Mayr-Halle				
		09.00 - 10.00 ⊕ <i>Yoga für alle</i> mit Steffi Rigal 24.09.25-10.12.25 (11) Preis: NM: 88,00 €, M: 49,50 € Probestunde		
10.00 - 11.00 NEU ⊕ <i>Cardio-Aktiv Mama & Kind*</i> mit Gabi Weigl 27.10.25-22.12.25 (8) Preis: NM: 96,00 €, M: 56,00 € Probestunde <small>*Krankenkassenbezuschung</small>		10.00 - 11.00 65+ ⊕ <i>Seniorenfit</i> mit Steffi Rigal 24.09.25-10.12.25 (11) Preis: NM: 88,00 €, M: 49,50 € Probestunde		
17.00 - 18.00 65+ ⊕ <i>Präventive Ws-Gymnastik*</i> mit Elisabeth Wiedhof 22.09.25-08.12.25 (12) Preis: NM: 96,00 €, M: 54,00 € <small>*Krankenkassenbezuschung</small>		18.00 - 19.00 ⊕ <i>Fitnessworkout</i> mit Tamara Dürr & Gabi Weigl 17.09.25-10.12.25 (12) Preis: NM: 84,00 €, M: 42,00 € Probestunde		
18.00 - 19.00 ⊕ <i>Bodyworkout B-B-P</i> mit Anja Maurus 22.09.25-15.12.25 (11) Preis: NM: 77,00 €, M: 38,50 € Probestunde	18.15 - 19.15 NEU ⊕ <i>Haltung und Bewegung*</i> mit Claudia Wegmann 23.09.25-16.12.25 (12) Preis: NM: 96,00 €, M: 54,00 € <small>*Krankenkassenbezuschung</small>	19.00 - 20.00 ⊕ <i>Haltung und Bewegung*</i> (gesunder Rücken) mit Verena Werner 17.09.25-19.11.25 (10) Preis: NM: 80,00 €, M: 45,00 € <small>*Krankenkassenbezuschung</small>	18.00 - 19.00 ⊕ <i>Kundalini-Yoga</i> mit Tamara Dürr 18.09.25-11.12.25 (12) Preis: NM: 96,00 €, M: 54,00 € Probestunde	
19.00 - 20.00 ⊕ <i>Basic Pilates*</i> mit Nina Brack 29.09.25-15.12.25 (12) Preis: NM: 96,00 €, M: 54,00 € <small>*Krankenkassenbezuschung</small>	19.15 - 20.15 NEU ⊕ <i>Fit & Gesund für Anfänger*</i> für Frauen mit Gabi Weigl 16.09.25-16.12.25 (12) Preis: NM: 96,00 €, M: 54,00 € Probestunde <small>*Krankenkassenbezuschung</small>	19.00 - 20.00 im MEHR-GENERATIONEN Haus ⊕ <i>Bodyworkout Basic</i> für Anfänger mit Julia Burger 17.09.25-10.12.25 (10) Preis: NM: 70,00 €, M: 35,00 € Probestunde	19.15 - 20.00 ⊕ <i>Reha-Sport Orthopädie</i> in der Franz-Mayr-Halle	
20.00 - 21.00 ⊕ <i>Pilates & more</i> mit Hans Leidl 01.09.25-15.12.25 (9) Preis: NM: 72,00 €, M: 40,50 € Probestunde auch ONLINE		20.00 - 21.00 ⊕ <i>Pilates & more</i> mit Hans Leidl 03.09.25-17.12.25 (10) Preis: NM: 80,00 €, M: 45,00 € Probestunde auch ONLINE	20.00 - 20.45 NEU ⊕ <i>Reha-Sport Pneumologie</i> in der Franz-Mayr-Halle	

KURSPLAN

TSV KOTTERN - ST. MANG

September –
Dezember 2025

KURSE IM MEHRGENERATIONENHAUS ST. MANG (MGH)

Seit September 2024 bieten wir neben unseren Sport- und Gesundheitskursen in der Franz-Mayr-Halle (Oberhalb der Iller 19, 87437 Kempten) auch Stunden im Gymnastikraum des Mehr- generationenhauses (Friedrich-Ebert-Str. 14, 87437 Kempten/Gebäude der Grundschule Kottern Eich) an! Die Anmeldung für alle Kurse im MGH erfolgt über die Abteilung Kurse – Frau Spiegel.

ABTEILUNG KURSE

Für alle Kurse ist eine Anmeldung erforderlich – ein Einstieg in die Kurse ist jederzeit möglich.

Karin Spiegel (Mo 9–11 Uhr, Di, 18–20 Uhr, Do, 18–20 Uhr)
Mobil: 0151 / 28735506,
Mail: kurse@tsv-kottern.de

REHA SPORT ANGEBOTE

Die Teilnehmeranzahl im REHA-Sport ist begrenzt. Für die Teilnahme an allen REHA-Sport- Gruppen ist eine **genehmigte Verordnung** erforderlich! Anmeldung und Infos zum REHA-Sport ausschließlich über die Geschäftsstelle des TSV Kottern, telefonisch oder per Mail.

Mehr dazu finden Sie auch auf unserer Homepage:
www.tsv-kottern.de/rehasport
Tel: 0831 / 63620, Mail: rehasport@tsv-kottern.de

NEU

**ALLE KURSE
ONLINE BUCHBAR**



www.tsv-kottern.de/abteilungen/kurse/online-kursanmeldung/

