

Aerobic TSV 1861 Mainburg



Ausschreibung
09.11.2017-14.12.2017
18.30-19.30 Uhr

„just step“ DO-5-2017

Einzelne Steppschritte mit geringer Intensität werden zu leichten Choreographien zusammengestellt. Ein hervorragendes Ausdauer- und Konditionstraining mit dem in der Höhe verstellbaren Reebok Stepp. Für alle, die gerne mit Choreographien ihre Koordination steigern und die Fettverbrennung ankurbeln wollen. Step by Step!

Trainingseinheiten: 6 Trainingseinheiten a 60 Minuten

Trainingslevel: Fortgeschrittene – Stufe 3

Teilnehmerzahl: begrenzt

Tag: Donnerstag

Termine: 09.11.2017/16.11.2017/23.11.2017/30.11.2017/07.12.2017/14.12.2017

Uhrzeit: 18.30-19.30 Uhr

Ort: TSV-Turnhalle, Am Gabis 1, 84048 Mainburg

Trainingsleitung: Yvonne Heim

Organisation: TSV 1861 Mainburg Abteilung Aerobic

Kosten: Mitglieder*: 30,--€ Nichtmitglieder 40,--€

*Mitglied beim TSV 1861 Mainburg e.V.

Bitte die Gebühr am 09.11.2017 bar bezahlen.

Anmeldung bis spätestens 08.11.2017 nur mit vollständiger Anschrift, E-Mail-Adresse und Telefonnummer telefonisch bei Yvonne Heim unter Tel. Nr. 08751/5628, per E-Mail aerobic@tsv-mainburg.de oder direkt bei uns im Aerobic-Training jeden Montag von 19.30-20.30 Uhr und jeden Freitag von 18.00-19.00 Uhr in der TSV-Turnhalle Mainburg

Die Anmeldung gilt als verbindlich, wenn keine Ablehnung unsererseits erfolgt.