

Aerobic TSV 1861 Mainburg



Ausschreibung
08.11.2017-13.12.2017
17.30-18.30 Uhr

„just step“ MI-5.1-2017

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: Anfänger/Fortgeschrittene Stufe 2

Teilnehmerzahl: begrenzt

Tag: Mittwoch

Termine: 08.11.2017/15.11.2017/22.11.2017/29.11.2017/06.12.2017/13.12.2017

Uhrzeit: 17.30-18.30 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 08.11.2017 bar bezahlen.

Anmeldung bis spätestens 07.11.2017 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.