



Aktuelle Fitness-Kurse in Bieringen



26.03.24

Montags: 16.30 – 17.15 Uhr **Bodyworkout (Fitness für jedes Alter)** **NEU!**

17.30 – 18.25 Uhr Step Aerobic mit Bodyworkout (auch für Anfänger)

18.45 – 19.40 Uhr Step Aerobic mit Bodyworkout (für Fortgeschrittene)



Mittwochs: 17.45 – 18.40 Uhr Power-Step Aerobic mit Bodyworkout
(für Fortgeschrittene)

NEU!

19.00 – 19.55 Uhr



ZUMBA® Workout

Die Kurse finden in der Sporthalle in Bieringen statt.

Kosten: Sportvereinjahresbeitrag: 40,00 €/Erwachsener zzgl. 8,00 €/Monatsbeitrag
(egal wie viel Kurse du besuchst)

Ein kostenloses Schnuppertraining ist jederzeit möglich.

Infos und Anmeldung bei der Trainerin Silke Untch Tel: 0170/7513138
oder per E-Mail: t.untch@gmx.de