

HERBSTPROGRAMM 2019

www.bewegungundtanz.com - Abteilung des TuS Bad Aibling



ZUMBA®

Angebot	Zeit
Zumba® Step 1	Montags von 08:30 - 09:25 Uhr Beginn: 16.09.2019 (Gmoahof)
Zumba® Fitness 1	Montags von 09:30 - 10:25 Uhr Beginn: 16.09.2019 (Gmoahof)
Zumba® Kids 7-12 Jahre	Montags von 16:00 - 16:55 Uhr Beginn: 16.09.2019 (Gmoahof)
Zumba® Teens ab 13 Jahren	Montags von 17:00 - 17:55 Uhr Beginn: 16.09.2019 (Gmoahof)
Zumba® Gold 1	Dienstags von 09:30 - 10:25 Uhr Beginn: 17.09.2019 (Gmoahof)
Zumba® Gold 2	Dienstags von 17:00 - 17:55 Uhr Beginn: 17.09.2019 (Realschulturnhalle)
Zumba® Fitness 2	Dienstags von 18:00 - 18:55 Uhr Beginn: 17.09.2019 (Gmoahof)
Zumba® Fitness 3	Dienstags von 19:00 - 19:55 Uhr Beginn: 17.09.2019 (Gmoahof)
Zumba® Fitness 4	Mittwochs von 08:30 - 09:25 Uhr Beginn: 18.09.2019 (Gmoahof)
Zumba® Fitness 5	Donnerstags von 18:00 - 18:55 Uhr Beginn: 19.09.2019 (Gmoahof)
Zumba® Aqua	Freitags von 09:00 - 09:45 Uhr Beginn: 20.09.2019 (Schmelmer Hof)
Zumba® Fitness 6	Freitags von 18:00 - 18:55 Uhr Beginn: 20.09.2019 (Realschulturnhalle)

RÜCKENFIT

Angebot	Zeit
Rückenfit 1	Mittwochs von 18:30 - 19:25 Uhr Beginn: 18.09.2019 (Pfarrheim St. Georg)
Rückenfit 2	Freitags von 09:30 - 10:25 Uhr Beginn: 20.09.2019 (Pfarrheim St. Georg)

YOGA

Angebot	Zeit
Yoga 1 Fortgeschrittene	Dienstags von 17:30 - 18:40 Uhr Beginn: 17.09.2019 (Birkenatelier)
Yoga 2 Fortgeschrittene	Dienstags von 18:45 - 19:55 Uhr Beginn: 17.09.2019 (Birkenatelier)
Yoga 3 Fortgeschrittene	Dienstags von 20:00 - 21:10 Uhr Beginn: 17.09.2019 (Birkenatelier)
Yoga 4 Anfänger	Mittwochs von 18:30 - 19:25 Uhr Beginn: 18.09.2019 (Pfarrheim St. Georg)
Yoga 5 Fortgeschrittene	Mittwochs von 19:30 - 20:40 Uhr Beginn: 18.09.2019 (Pfarrheim St. Georg)

FIT INS ALTER

Angebot	Zeit
Fit ins Alter 1	Montags von 18:00 - 18:55 Uhr Beginn: 16.09.2019 (Gmoahof)

CORETRAINING

Angebot	Zeit
Coretraining 1	Mittwochs von 20:00 - 20:55 Uhr Beginn: 18.09.2019 (Realschulturnhalle)

FASZIENTRAINING

Angebot	Zeit
Faszientraining 1	Montags von 19:00 - 19:55 Uhr Beginn: 16.09.2019 (Realschulturnhalle)

ANGEBOTSPREISE

Angebot	Mitglieder	Nichtmitglieder
ZUMBA® KIDS	20 €	36 €
ZUMBA® TEENS	20 €	36 €
ZUMBA® FITNESS	25 €	45 €
ZUMBA® GOLD	25 €	45 €
ZUMBA® STEP	35 €	55 €
Aqua ZUMBA®	60 €	85 €
STRONG by ZUMBA®	35 €	55 €
PILATES	30 €	50 €
CORETRAINING	25 €	45 €
YOGA 1, 2, 3 und 5	45 €	65 €
YOGA 4	35 €	55 €
BODYSTYLING	25 €	45 €
RÜCKENFIT	30 €	50 €
FIT INS ALTER	25 €	45 €
FASZIENTRAINING	25 €	45 €

PILATES

Angebot	Zeit
Pilates 1 Fortgeschrittene	Dienstags von 18:00 - 18:55 Uhr Beginn: 24.09.2019 (Tanzraum im DBBC)
Pilates 2 Fortgeschrittene	Dienstags von 19:15 - 20:10 Uhr Beginn: 17.09.2019 (Tanzraum im DBBC)
Pilates 3 Einsteiger	Mittwochs von 17:45 - 18:40 Uhr Beginn: 18.09.2019 (Tanzraum im DBBC)
Pilates 4 Fortgeschrittene	Mittwochs von 19:00 - 19:55 Uhr Beginn: 18.09.2019 (Tanzraum im DBBC)
Pilates 5 Fortgeschrittene	Donnerstags von 10:15 - 11:10 Uhr Beginn: 19.09.2019 (Pfarrheim St. Georg)
Pilates 6 Einsteiger	Donnerstags von 18:30 - 19:25 Uhr Beginn: 19.09.2019 (Pfarrheim St. Georg)

BODYSTYLING

Angebot	Zeit
Bodystyling 1	Montags von 18:00 - 18:55 Uhr Beginn: 16.09.2019 (Realschulturnhalle)
Bodystyling 2	Donnerstags von 09:00 - 09:55 Uhr Beginn: 19.09.2019 (Pfarrheim St. Georg)

STRONG BY ZUMBA®

Angebot	Zeit
Strong by Zumba® 1	Dienstags von 20:00 - 20:55 Uhr Beginn: 17.09.2019 (Gmoahof)
Strong by Zumba® 2	Donnerstags von 19:30 - 20:25 Uhr Beginn: 19.09.2019 (Wirtschaftsschulturnhalle)

ANMELDUNGEN und weitere Infos bei Doris Busch unter
0 80 61 . 34 60 22 7 oder office@bewegungundtanz.com