

# Herbstprogramm 2020

www.bewegungundtanz.com - Abteilung des TuS Bad Aibling



**BEWEGUNG  
& TANZ**

Sparte des TUS Bad Aibling

## ZUMBA® and more

Angebot	Zeit
Zumba® Step	Montags von 08.25 - 09.20 Uhr Beginn: 14.09.2020 (Gmoahof)
Zumba® Fitness 1	Montags von 09.30 - 10.25 Uhr Beginn: 14.09.2020 (Gmoahof)
Zumba® Kids 7-12 Jahre	Montags von 15.50 - 16.45 Uhr Beginn: 14.09.2020 (Gmoahof)
Zumba® Teens ab 13 Jahren	Montags von 16.55 - 17.50 Uhr Beginn: 14.09.2020 (Gmoahof)
Zumba® Gold 1	Dienstags von 09.30 - 10.25 Uhr Beginn: 15.09.2020 (Gmoahof)
Zumba® Gold 2	Dienstags von 17.30 - 18.25 Uhr Beginn: 15.09.2020 (Realschulturnhalle)
Zumba® Fitness 2	Dienstags von 17.50 - 18.45 Uhr Beginn: 15.09.2020 (Gmoahof)
Zumba® Fitness 3	Dienstags von 18.55 - 19.50 Uhr Beginn: 15.09.2020 (Gmoahof)
Zumba® Fitness 4	Mittwochs von 08.30 - 09.25 Uhr Beginn: 16.09.2020 (Gmoahof)
Zumba® Fitness 5	Donnerstags von 18.00 - 18.55 Uhr Beginn: 17.09.2020 (Gmoahof)
Zumba® Fitness 6	Freitags von 18.00 - 18.55 Uhr Beginn: 18.09.2020 (Realschulturnhalle)

## PREISE

ZUMBA® KIDS und ZUMBA® TEENS:  
Mitglieder: 20,00 €, Nichtmitglieder: 36,00 €

ZUMBA® FITNESS und ZUMBA® GOLD:  
Mitglieder: 25,00 €, Nichtmitglieder: 45,00 €

ZUMBA® STEP:  
Mitglieder: 35,00 €, Nichtmitglieder: 55,00 €

STRONG NATION™:  
Mitglieder: 35,00 €, Nichtmitglieder: 55,00 €

PILATES:  
Mitglieder: 30,00 €, Nichtmitglieder: 50,00 €

CORETRAINING:  
Mitglieder: 25,00 €, Nichtmitglieder: 45,00 €

YOGA 1, 2, 3 und 4:  
Mitglieder: 35,00 €, Nichtmitglieder: 55,00 €

BODYSTYLING:  
Mitglieder: 25,00 €, Nichtmitglieder: 45,00 €

RÜCKENFIT:  
Mitglieder: 30,00 €, Nichtmitglieder: 50,00 €

FIT INS ALTER:  
Mitglieder: 25,00 €, Nichtmitglieder: 45,00 €

FASZIENTRAINING:  
Mitglieder: 25,00 €, Nichtmitglieder: 45,00 €

## CORETRAINING

Angebot	Zeit
Core Training	Mittwochs von 20.00 - 20.55 Uhr Beginn: 16.09.2020 (Realschulturnhalle)

## RÜCKENFIT

Angebot	Zeit
Rückenfit 1	Mittwochs von 18.30 - 19.25 Uhr Beginn: 16.09.2020 (Pfarrheim St. Georg)
Rückenfit 2	Freitags von 9.30 - 10.25 Uhr Beginn: 18.09.2020 (Pfarrheim St. Georg)

## YOGA

Angebot	Zeit
Yoga 1 Fortgeschrittene	Montags von 19.00 - 19.55 Uhr Beginn: 14.09.2020 (Pfarrheim St. Georg)
Yoga 2 Anfänger & Fortgeschrittene	Montags von 20.05 - 21.00 Uhr Beginn: 14.09.2020 (Pfarrheim St. Georg)
Yoga 3 Anfänger	Mittwochs von 19.00 - 19.55 Uhr Beginn: 16.09.2020 (Tanzraum im DBBC)
Yoga 4 Fortgeschrittene	Mittwochs von 20.05 - 21.00 Uhr Beginn: 16.09.2020 (Tanzraum im DBBC)

## FIT ins Alter

Angebot	Zeit
Fit ins Alter	Montags von 18.00 - 18.55 Uhr Beginn: 14.09.2020 (Gmoahof)

## PILATES

Angebot	Zeit
Pilates 1 Fortgeschrittene	Dienstags von 18.00 - 18.55 Uhr Beginn: 15.09.2020 (Tanzraum im DBBC)
Pilates 2 Einsteiger	Mittwochs von 17.45 - 18.40 Uhr Beginn: 16.09.2020 (Tanzraum im DBBC)
Pilates 3 Fortgeschrittene	Donnerstags von 10.15 - 11.10 Uhr Beginn: 17.09.2020 (Pfarrheim St. Georg)
Pilates 4 Einsteiger & Fortgeschrittene	Donnerstags von 18.15 - 19.10 Uhr Beginn: 17.09.2020 (Pfarrheim St. Georg)

## BODYSTYLING

Angebot	Zeit
Bodystyling 1	Montags von 18.00 - 18.55 Uhr Beginn: 14.09.2020 (Realschulturnhalle)
Bodystyling 2	Donnerstags von 09.00 - 09.55 Uhr Beginn: 17.09.2020 (Pfarrheim St. Georg)

## STRONG NATION™

Angebot	Zeit
Strong NATION™	Dienstags von 20.00 - 20.55 Uhr Beginn: 15.09.2020 (Gmoahof)
Strong NATION™	Donnerstags von 19.30 - 20.25 Uhr Beginn: 17.09.2020 (Turnhalle d. Wirtschaftsschule)

## FASZIENTRAINING

Angebot	Zeit
Faszientraining	Montags von 19.05 - 20.00 Uhr Beginn: 14.09.2020 (Realschulturnhalle)

**ANMELDUNGEN** und weitere Infos bei Doris Busch unter **Tel: 08061.3460227** oder [office@bewegungundtanz.com](mailto:office@bewegungundtanz.com)