

Hallo liebe Sportfreunde,

endlich dürfen wir wieder gemeinsam trainieren 😊

Es gibt ein paar Auflagen, die wir alle berücksichtigen müssen:

- Outdoorsport mit einer max. TN Zahl von 20 Personen. Sollte jemand eine Indoor-Sportanlage (auch das WC) betreten, muss ein Mund-Nasenschutz getragen werden.
- Der Mindestabstand von 1,5 Metern muss jederzeit eingehalten werden.
- Es muss dokumentiert werden, wer bei der Sportstunde anwesend war.

Leider sind und bleiben viele Sportanlagen und Turnhallen in Bad Aibling weiterhin geschlossen. Das Training findet bei schönem Wetter im Sportpark statt. Falls es an einem anderen Kursort stattfindet, wird es rechtzeitig bekanntgegeben. Sollte es regnen, dann dürfen wir ins Parkdeck von der Therme gehen. Wenn es mal gar nicht anders geht, findet eine zoom-Stunde statt.

Unser kleines Kursprogramm mit je 5 Einheiten:

Montag	ab 15.06.	08.30 - 09.30 Uhr	Zumba Step mit Karin
Montag	ab 15.06.	09.30 - 10.30 Uhr	Zumba Fitness mit Karin
Montag	ab 15.06.	18.00 - 19.00 Uhr	Bodystyling mit Ingrid
Dienstag	ab 16.06.	18.00 - 19.00 Uhr	Zumba Fitness mit Karin
Dienstag	ab 16.06.	18.00 - 19.00 Uhr	Pilates mit Helene
Dienstag	ab 16.06.	19.00 - 20.00 Uhr	Strong by Zumba mit Karin
Dienstag	ab 16.06.	19.15 – 20.15 Uhr	Yoga mit Simone
Mittwoch	ab 24.06.	18.00 – 19.00 Uhr	Rückenfit mit Angi
Mittwoch	ab 17.06.	19.15 – 20.15 Uhr	Yoga mit Natalie
Donnerstag	ab 18.06.	18.00 - 19.00 Uhr	Zumba Fitness mit Karin
Donnerstag	ab 18.06.	19.00 - 20.00 Uhr	Strong by Zumba mit Karin

Der Yoga-Kurs von Simone findet in Berbling statt.

Wer gerne mitmachen möchte, bitte schnell anmelden. Wir haben leider nur 19 Plätze zur Verfügung.

Ganz liebe Grüße

Karin, Doris und das ganze B&T-Team

E-Mail: office@bewegungundtanz.com

Tel: 08061 – 3460227

Fax: 08061 – 3863514



Sparte des TUS Bad Aibling