

Herbstprogramm 2021

www.bewegungundtanz.com - Abteilung des TuS Bad Aibling

ZUMBA® and more

Angebot	Zeit
Zumba® Step	Montags von 08.25 - 09.20 Uhr Beginn: 20.09.2021 (Gmoahof)
Zumba® Fitness 1	Montags von 09.30 - 10.25 Uhr Beginn: 20.09.2021 (Gmoahof)
Zumba® Gold	Dienstags von 09.30 - 10.25 Uhr Beginn: 14.09.2021 (Gmoahof)
Zumba® Fitness 2	Dienstags von 17.50 - 18.45 Uhr Beginn: 21.09.2021 (Gmoahof)
Zumba® Fitness 3	Dienstags von 18.55 - 19.50 Uhr Beginn: 21.09.2021 (Gmoahof)
Zumba® Fitness 4	Mittwochs von 08.30 - 09.25 Uhr Beginn: 22.09.2021 (Gmoahof)
Zumba® Fitness 5	Donnerstags von 18.00 - 18.55 Uhr Beginn: 23.09.2021 (Gmoahof)

STRONG NATION™

Angebot	Zeit
STRONG NATION™	Dienstags von 20.00 - 20.55 Uhr Beginn: 21.09.2021 (Gmoahof)
STRONG NATION™	Donnerstags von 16.50 - 17.45 Uhr Beginn: 23.09.2021 (Gmoahof)

BODYSTYLING

Angebot	Zeit
Bodystyling 1	Montags von 18.00 - 18.55 Uhr Beginn: 20.09.2021 (Realschulturnhalle)
Bodystyling 2	Donnerstags von 09.00 - 09.55 Uhr Beginn: 07.10.2021 (Pfarrheim St. Georg)

FASZIENTRAINING

Angebot	Zeit
Faszientraining	Montags von 19.05 - 20.00 Uhr Beginn: 20.09.2021 (Realschulturnhalle)

CORETRAINING

Angebot	Zeit
Coretraining	Mittwochs von 20.00 - 20.55 Uhr Beginn: 22.09.2021 (Realschulturnhalle)

PILATES

Angebot	Zeit
Pilates 1 Fortgeschrittene	Dienstags von 17.40 - 18.35 Uhr Beginn: 21.09.2021 (Raum Maximiliansplatz)
Pilates 2 Anfänger	Mittwochs von 17.30 - 18.25 Uhr Beginn: 06.10.2021 (Pfarrheim St. Georg)
Pilates 3 Fortgeschrittene	Donnerstags von 10.15 - 11.10 Uhr Beginn: 07.10.2021 (Pfarrheim St. Georg)
Pilates 4 Anfänger & Fortgeschrittene	Donnerstags von 18.25 - 19.20 Uhr Beginn: 07.10.2021 (Pfarrheim St. Georg)

RÜCKENFIT

Angebot	Zeit
Rückenfit 1	Mittwochs von 18.35 - 19.30 Uhr Beginn: 06.10.2021 (Pfarrheim St. Georg)
Rückenfit 2	Mittwochs von 19.40 - 20.35 Uhr Beginn: 06.10.2021 (Pfarrheim St. Georg)
Rückenfit 3	Freitags von 09.30 - 10.25 Uhr Beginn: 01.10.2021 (Pfarrheim St. Georg)

YOGA

Angebot	Zeit
Yoga 1 Anfänger & Fortgeschrittene	Dienstags von 18.45 - 19.40 Uhr Beginn: 21.09.2021 (Raum Maximiliansplatz)
Yoga 2 Fortgeschrittene	Dienstags von 19.50 - 21.05 Uhr Beginn: 21.09.2021 (Raum Maximiliansplatz)
Yoga 3 Anfänger	Mittwochs von 18.25 - 19.20 Uhr Beginn: 06.10.2021 (Pfarrheim St. Georg)
Yoga 4 Fortgeschrittene	Mittwochs von 19.30 - 20.25 Uhr Beginn: 06.10.2021 (Pfarrheim St. Georg)

FIT INS ALTER:

Angebot	Zeit
Fit ins Alter	Dienstags von 17.50 - 18.45 Uhr Beginn: 21.09.2021 (Realschulturnhalle)

PREISE

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 €

BODYSTYLING:

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

FASZIENTRAINING:

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

CORETRAINING:

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

PILATES:

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

RÜCKENFIT:

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

YOGA 1, 3 und 4:

Mitglieder: 35,00 €, Nichtmitglieder: 55,00 €

YOGA 2:

Mitglieder: 45,00 €, Nichtmitglieder: 65,00 €

FIT INS ALTER:

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