

Frühjahrsprogramm 2022

www.bewegungundtanz.com - Abteilung des TuS Bad Aibling



Sparte des TUS Bad Aibling

ZUMBA® and more

| Angebot | Zeit |
|------------------|---|
| Zumba® Step | Montags von 08.25 - 09.20 Uhr Beginn: 17.01.2022 (Gmoahof) |
| Zumba® Fitness 1 | Montags von 09.30 - 10.25 Uhr Beginn: 17.01.2022 (Gmoahof) |
| Zumba® Fitness 2 | Dienstags von 18.00 - 18.55 Uhr Beginn: 18.01.2022 (Gmoahof) |
| Zumba® Fitness 4 | Mittwochs von 08.30 - 09.25 Uhr Beginn: 19.01.2022 (Gmoahof) |
| Zumba® Fitness 5 | Donnerstags von 18.00 - 18.55 Uhr Beginn: 20.01.2022 (Gmoahof) |

STRONG NATION™

| Angebot | Zeit |
|------------------|---|
| STRONG NATION™ 1 | Dienstags von 19.05 - 20.00 Uhr Beginn: 18.01.2022 (Gmoahof) |
| STRONG NATION™ 2 | Donnerstags von 16.50 - 17.45 Uhr Beginn: 20.01.2022 (Gmoahof) |

BODYSTYLING

| Angebot | Zeit |
|-------------|--|
| Bodystyling | Montags von 18.00 - 18.55 Uhr Beginn: 17.01.2022 (Realschulturnhalle) |

FASZIEN TRAINING

| Angebot | Zeit |
|-----------------|--|
| Faszientraining | Montags von 19.05 - 20.00 Uhr Beginn: 17.01.2022 (Realschulturnhalle) |

CORE TRAINING

| Angebot | Zeit |
|--------------|--|
| Coretraining | Mittwochs von 20.00 - 20.55 Uhr Beginn: 19.01.2022 (Realschulturnhalle) |

PILATES

| Angebot | Zeit |
|--|---|
| Pilates 1 Fortgeschrittene | Dienstags von 18.00 - 18.55 Uhr Beginn: 18.01.2022 (Pfarrheim St. Georg) |
| Pilates 2 Anfänger | Mittwochs von 17.30 - 18.25 Uhr Beginn: 19.01.2022 (Raum Maximiliansplatz) |
| Pilates 3 Fortgeschrittene | Donnerstags von 10.15 - 11.10 Uhr Beginn: 20.01.2022 (Pfarrheim St. Georg) |
| Pilates 4 Anfänger & Fortgeschrittene | Donnerstags von 18.25 - 19.20 Uhr Beginn: 20.01.2022 (Pfarrheim St. Georg) |

RÜCKENFIT

| Angebot | Zeit |
|-------------|--|
| Rückenfit 1 | Mittwochs von 18.15 - 19.10 Uhr Beginn: 19.01.2022 (Raum B&O) |
| Rückenfit 2 | Mittwochs von 19.45 - 20.40 Uhr Beginn: 19.01.2022 (Online-Kurs) |
| Rückenfit 3 | Freitags von 09.30 - 10.25 Uhr Beginn: 21.01.2022 (Pfarrheim St. Georg) |

YOGA

| Angebot | Zeit |
|---------------------------------------|---|
| Yoga 1 Anfänger & Fortgeschrittene | Dienstags von 19.10 - 20.20 Uhr Beginn: 18.01.2022 (Pfarrheim St. Georg) |
| Yoga 2 Anfänger & Fortgeschrittene | Mittwochs von 18.45 - 19.40 Uhr Beginn: 26.01.2022 (Raum Maximiliansplatz) |

FIT INS ALTER:

| Angebot | Zeit |
|---------------|--|
| Fit ins Alter | Dienstags von 17.50 - 18.45 Uhr Beginn: 18.01.2022 (Realschulturnhalle) |

PREISE

ZUMBA® FITNESS:

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 €

FASZIEN TRAINING:

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

CORE TRAINING:

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

PILATES:

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

RÜCKENFIT:

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

YOGA 1:

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

YOGA 2:

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

FIT INS ALTER:

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

ANMELDUNGEN und weitere Infos bei Doris Busch unter Tel: 08061-3460227 oder office@bewegungundtanz.com