



Turnverein Neugablonz e.V.



Kursangebot • Kursangebot

Fun Step-Aerobic + Bodystyling Anfänger und Fortgeschrittene

Hier gibt es zu super Musik viel Spaß an der Bewegung.

In diesem Kurs werden wir aus einfachen Grundsritten tolle, mitreißende Choreographien zaubern und uns rund um den Step bewegen.

Neben der spielerischen Koordinations- und Rhythmusschulung beinhaltet diese Stunde ein gleichzeitiges Herz-Kreislauf- und Muskelaufbautraining.

Anschließend werden wir mit einfachen, muskelstraffenden Übungen und diversen Hilfsmitteln die Problemzonen trainieren.

Info-Box:

- Wann:** jeden Dienstag, 09.00 – 10.15 Uhr
vom 04.10. – 13.12.2011
(kein Training am 01.11.2011)
- Wo:** Turnverein Neugablonz im Fitnessraum
Turnerstraße 12, 87600 Kaufbeuren
- Kosten:** 20,00 EURO/Person für TVN-Mitglieder
40,00 EURO/Person für Nichtmitglieder.
- Anmeldung:** online unter www.tvneugablonz.de oder mit dem ausliegenden Kursanmeldeformular
(*bitte ausdrucken und unterschrieben entweder per Fax an 08341 / 966 31 49 oder im Briefkasten neben der TVN Geschäftsstelle in der Turnerstraße (1. Stock) einschmeißen*)
- Leitung:** Anja Otremba, Tel. 08341 / 9 81 69 oder E-Mail a.otremba@t-online.de
- Bitte mitbringen:** Bequeme Sportbekleidung, feste Turnschuhe, kleines Handtuch und Trinkflasche

Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen beschränkt. Anmeldungen werden nach Datumseingang berücksichtigt. Die Teilnahme ist garantiert, wenn die Teilnehmergebühr abgebucht wurde. Eine extra Bestätigung erfolgt nicht



Turnverein Neugablonz e.V. • Turnerstraße 12, 87600 Kaufbeuren/Neugablonz (Postfach 1069, 87588 Kaufbeuren)
Tel.: 08341 / 6 73 15 • Fax: 08341 / 9 66 31 49 • E-Mail: info@tvneugablonz.de • www.tvneugablonz.de
Vorstand: Robert Billig (1. Vors.) • Wolfgang Klemm (2. Vors.) • Jürgen Feldmeier (3. Vors.)
Bankverbindung: Konto 283259 • BLZ 734 500 00 • Sparkasse Kaufbeuren