

Ab **20.Sept. 2021** bis **28.Apr. 2022**  
an Schultagen in der **Theodor-Grill-Schule,**  
**Im Scharmühlwinkel 3** etabl.\*

**Pepi:** (geprüfter Bewegungstrainer)

Badetuch mitbringen und geübt wird in ABS-Socken

**Rücken- und Bewegungstraining I**

**Montag, 18:00 Uhr – 19:00 Uhr**

**ODER**

**Rücken- und Bewegungstraining II**

**Donnerstag, 18:00 Uhr – 19:00 Uhr**

**Kerstin** (Dipl. Gesundheitstrainerin f. Ernährung u. Bewegung):

Badetuch mitbringen und geübt wird in Hallensportschuhen

**Step by Step and let's Smovey**

Step-Aerobic mit Power, aber leichter Choreographie – für alle geeignet!

Für die nötige Abwechslung sorgen Smoveys

**Montag, 19:00 Uhr – 20:00 Uhr**

**Rundum g'sund und fit**

Trainingsschwerpunkt Kraft & Ausdauer, Koordination, Entspannung und viel Spaß

**Mittwoch, 18:00 Uhr – 19:00 Uhr**

| Tarife     | Eine Einheit/Woche | Mehrere Einheiten/Woche |
|------------|--------------------|-------------------------|
| Teilnehmer | € 70.-             | € 90.-                  |

Als Gutschrift angerechnet werden die für die Saison 2020/2021 einbezahlten Beträge.

Einzahlung bis spätestens 11. Oktober 2021!

\*. Eventuelle organisatorische Änderungen, insbes. Covid 19 Verordnungen, vorbehalten.

Plätze und Geräte werden zugewiesen.

Datenschutzrichtlinie Neu wird eingehalten