

Sommerprogramm 2019

www.bewegungundtanz.com - Abteilung des TuS Bad Ail



BEWEGUNG & TANZ

Sparte des TUS Bad Aibling

ZUMBA® and more

Angebot	Zeit
Zumba® Step 1	Montags von 8.30-9.25 Uhr Beginn: 1.4.2019 (Gmoahof) 1
Zumba® Fitness 1	Montags von 9.30-10.25 Uhr Beginn: 1.4.2019 (Gmoahof) 1
Zumba® Kids 7-12 Jahre	Montags von 16-16.55 Uhr Beginn: 1.4.2019 (Gmoahof) 1
Zumba® Teens ab 13 Jahren	Montags von 17-17.55 Uhr Beginn: 1.4.2019 (Gmoahof) 1
Zumba® Gold 1	Dienstag von 9.30-10.25 Uhr Beginn: 26.3.2019 (Gmoahof) 1
Zumba® Gold 2	Dienstag von 17-17.55 Uhr Beginn: 26.3.2019 (Realschulturnhalle) 4
Zumba® Fitness 2	Dienstag von 18-18.55 Uhr Beginn: 26.3.2019 (Gmoahof) 1
Zumba® Fitness 3	Dienstag von 19-19.55 Uhr Beginn: 26.3.2019 (Gmoahof) 1
Zumba® Fitness 4	Mittwoch von 9-9.55 Uhr Beginn: 27.3.2019 (Gmoahof) 1
Zumba® Fitness 5	Donnerstag von 18-18.55 Uhr Beginn: 28.3.2019 (Gmoahof) 1
Zumba® Aqua 1	Freitags von 9.30-10.15 Uhr Beginn: 5.4.2019 (Schmelmer Hof) 9
Zumba® Aqua 2	Freitags von 10.30-11.15 Uhr Beginn: 5.4.2019 (Schmelmer Hof) 9
Zumba® Fitness 6	Freitags von 18-18.55 Uhr Beginn: 29.3.2019 (Realschulturnhalle) 4

RÜCKENFIT

Angebot	Zeit
RückenFit 1	Mittwochs von 18.30-19.25 Uhr Beginn: 27.3.2019 (Pfarrheim St.Georg) 5
RückenFit 2	Freitags von 9.30-10.25 Uhr Beginn: 29.3.2019 (Pfarrheim St.Georg) 5

YOGA

Angebot	Zeit
Yoga 1 Fortgeschrittene	Dienstags von 9-10.25 Uhr Beginn: 2.4.2019 (Birkenatelier) 7
Yoga 2 Fortgeschrittene	Dienstags von 17.30-18.40 Uhr Beginn: 2.4.2019 (Birkenatelier) 7
Yoga 3 Fortgeschrittene	Dienstags von 18.45-19.55 Uhr Beginn: 2.4.2019 (Birkenatelier) 7
Yoga 4 Anfänger	Mittwochs von 18.30-19.25 Uhr Beginn: 10.4.2019 (Pfarrheim St.Georg) 5
Yoga 5 Fortgeschrittene	Mittwochs von 19.30-20.40 Uhr Beginn: 10.4.2019 (Pfarrheim St.Georg) 5

FIT INS ALTER

Angebot	Zeit
Fit ins Alter 1	Montags von 18-18.55 Uhr Beginn: 27.3.2019 (Gmoahof) 1

ANGEBOTSPREISE

ZUMBA® KIDS und ZUMBA® TEENS:
Mitglieder: 20,00 €, Nichtmitglieder: 36,00 €

ZUMBA® FITNESS und ZUMBA® GOLD:
Mitglieder: 25,00 €, Nichtmitglieder: 45,00 €

ZUMBA® STEP:
Mitglieder: 35,00 €, Nichtmitglieder: 55,00 €

Aqua ZUMBA®:
Mitglieder: 60,00 €, Nichtmitglieder: 85,00 €

STRONG by ZUMBA®:
Mitglieder: 35,00 €, Nichtmitglieder: 55,00 €

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

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

YOGA 1:
Mitglieder: 55,00 €, Nichtmitglieder: 75,00 €

YOGA 2, 3 und 5:
Mitglieder: 45,00 €, Nichtmitglieder: 65,00 €

YOGA 4:
Mitglieder: 35,00 €, Nichtmitglieder: 55,00 €

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

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

FIT INS ALTER:
Mitglieder: 25,00 €, Nichtmitglieder: 45,00 €

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

PILATES

Angebot	Zeit
Pilates 1 Fortgeschrittene	Dienstags von 18-18.55 Uhr Beginn: 26.3.2019 (Tanzraum im DBBC) 6
Pilates 2 Fortgeschrittene	Dienstags von 19.15-20.10 Uhr Beginn: 26.3.2019 (Tanzraum im DBBC) 6
Pilates 3 Einsteiger	Mittwochs von 17.45-18.40 Uhr Beginn: 27.3.2019 (Tanzraum im DBBC) 6
Pilates 4 Fortgeschrittene	Mittwochs von 19.-19.55 Uhr Beginn: 27.3.2019 (Tanzraum im DBBC) 6
Pilates 5 Fortgeschrittene	Donnerstags von 10.15-11.10 Uhr Beginn: 28.3.2019 (Pfarrheim St.Georg) 5
Pilates 6 Einsteiger	Donnerstags von 18.30-19.25 Uhr Beginn: 28.3.2019 (Pfarrheim St.Georg) 5

BODYSTYLING

Angebot	Zeit
Bodystyling 1	Montags von 18-18.55 Uhr Beginn: 25.3.2019 (Realschulturnhalle) 4
Bodystyling 2	Donnerstags von 9-9.55 Uhr Beginn: 28.3.2019 (Pfarrheim St.Georg) 5

STRONG by ZUMBA®

Angebot	Zeit
Strong by Zumba® 1	Dienstags von 20-20.55 Uhr Beginn: 26.3.2019 (Gmoahof) 1
Strong by Zumba® 2	Donnerstags von 19.30-20.25 Uhr Beginn: 28.3.2019 (Turnhalle d. Wirtschaftsschule) 8

FASZIENTRAINING

Angebot	Zeit
Faszientraining 1	Montags von 19-19.55 Uhr Beginn: 1.4.2019 (Realschulturnhalle) 4

Sommerprogramm 2019

www.bewegungundtanz.com - Abteilung des TuS Bad Ail



BEWEGUNG
& TANZ

Sparte des TUS Bad Aibling

ANMELDUNGEN und weitere Infos bei Doris Busch unter **Tel: 08061.3460227** oder **office@bewegungundtanz.com**