



- FIT in den Sommer -



NEU AB MAI !

BODYSTYLING

„STEP“
CARDIO-TRAINING
für EINSTEIGER UND
FORTGESCHRITTENE



„RÜCKENFIT“
für EINEN
STARKEN RÜCKEN

„BODYSHAPE“
STRAFFT UND
FORMT DEN BODY



Euer Trainer-Team:

Irene Wörlein
Karin Mehringer
Christine Kernstock
Bettina Ross

Im Gymnastikraum der Grundschule
Weidenbach, Triesdorfer Straße

**TSV WEIDENBACH
AEROBIC**

**jederzeit kostenlos
schnuppern**



MixedStep Bodyshape

STEP Zumba Yoga

RückenFit

Bodystyling

Unsere Trainingszeiten:

Montag: 18:00 Yoga & Stretch
18:30 Mixed Step
19:30 Yoga & Stretch

Dienstag: 19:00 Fit in den Winter

Mittwoch: 19:00 BodyShape & Burn

Donnerstag: 19:30 Rücken Fit

Freitag: 18:30 Step Advanced

Unsere Tickets:

Nichtmitglieder: 10er Karte 45 €
5er Karte 25 €
Monatskarte 25 €

Mitglieder: 10er Karte 35 €
Monatskarte 10 €

Tickets gelten für ALLE Stunden
einschl. Zumba

YOGA nur als Kurs
TN begrenzt - bitte anmelden

Info:
irene.woerlein@gmail.com
Yoga_tsv@gmx.de