

Step-Aerobic



Wir laden Euch (Männer und Frauen) herzlich ein, zum Step-Aerobic-Kurs – einem Fitnesstraining in der Gruppe, mit rhythmischen Bewegungen und motivierender Musik. Bei jeder Einheit werden auch gezielt Übungen für die Rücken- und Bauchmuskulatur eingebaut.

- Beginn:** Dienstag, 15. September 2020
Zeit: 19:00 Uhr - 20:00 Uhr
Dauer: 6 Abende (bis zum 20. Oktober 2020)
Ort: Vereinhaus Mühlwald (großer Saal)
Kursleiterin: Nicole Fuchsbrugger

Anmeldung und Informationen (bis zum 13. September 2020):

Elisabeth Holzer, Tel. 347 6276882

- Kursgebühr:** 9 - 11 Teilnehmer € 45,00
12 - 15 Teilnehmer € 48,00

Für Nicht-Mitglieder des SSV Mühlwald werden zusätzlich 5 € als Jahresmitgliedsbeitrag eingehoben.

Auf eine zahlreiche Teilnahme freut sich der

SSV Mühlwald – Sektion Fußball!

