

WEEKEND STARTER PACK XX



AEROBIC – KRAFT – AUSDAUER

In diesem Kurs förderst Du nicht nur Deine Ausdauer und Kraft, sondern hast auch jede Menge Spaß bei mitreißenden Aerobic Moves zu moderner Musik.

Lass Dich ein und genieße dieses Fit-for-Fun Event!

TERMINÜBERSICHT

-15. September 2017
-22. September 2017
-29. September 2017
-06. Oktober 2017

UHRZEIT

Freitags jeweils 18.00 – 19.00 Uhr, Umkleiden ab 17:45 Uhr

ORT

Retrohalle des Elisabeth-Gymnasiums, Adresse: D7, 22, Mannheim; Am Anfang der Kunststraße / Einbahnstraße

VORAUSSETZUNGEN

Keine! ... alle Bewegungen werden gemeinsam entwickelt.

MITZUBRINGEN

Hallensportschuhe, Trainingskleidung, Getränk – am besten Wasser.

ANMELDUNG

Formlos an fitness@mvd-mannheim.de

Name, Vorname, Anschrift, Email-Adresse, Telefonnummer, Geburtsdatum

KOSTENBEITRAG

Der Kurs mit 4 Trainings ab dem 15. September kostet nur sagenhafte 12,00 EUR.
für mvd-Mitglieder im Mitgliedsbeitrag enthalten

INFO & TELEFON

Unter fitness@mvd-mannheim.de

oder ausführlich unter <http://www.mvd-mannheim.de/fitness/weekend-starter-pack/>



Unsere Fitness- und Gesundheitssportangebote sind seit 2016 durch den Badischen Turnerbund ausgezeichnet und in die **GYMWELT** des **BTB** aufgenommen worden.

Die **GYMWELT** als Marke wurde vom Deutschen Turner-Bund als einheitliches Qualitätssiegel für alle Mitgliedsvereine eingeführt.