mvd fitness

WEEKEND STARTER PACK XXVII

AFRO BRASIL

Mit viel Spaß werden die Wurzeln des Brasilianischen Tanzes, die Samba, der Afro und der Candomblé zu einer schweißtreibenden Kombi verbunden.

Die mitreißenden Moves und Grooves trainieren spielerisch Koordination und Kondition und lassen uns gut gelaunt und fit ins Wochenende starten.

TERMINÜBERSICHT

-13. September 2019

-20. September 2019

-27. September 2019

4. Oktober – Langes Wochenende ???

-11. Oktober 2019

-18. Oktober 2019

-25. Oktober 2019

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 Übungen werden durch Susanne nachvollziehbar angeleitet und einstudiert

Die Moves & Grooves sind einfach und jede/r kann mitmachen.

WAS MUSS ICH MITBRINGEN?

Hallensportschuhe / Trainingskleidung / Getränk / Wasser

ANMELDUNG

Formlos an fitness@mvd-mannheim.de

mit Name, Vorname, Email-Adresse, Mobilnummer

KOSTENBEITRAG

Der Kurs mit 6 Trainings ab dem 13. September kostet nur sagenhafte 24,- EUR.

Für mvd-Mitglieder ist der Kurs im Mitgliedsbeitrag enthalten:
-mvd-Mitgliedsbeitrag monatlich 10,- EUR
-mvd-Mitgliedsbeitrag ermäßigt monatlich 5,- EUR ...
für Schüler, Studenten, Arbeitssuchende, Auszubildende oder Erwerbsunfähige, jeweils gegen Vorlage des entsprechenden Nachweises

MEHR INFO

Unter fitness@mvd-mannheim.de

DISCLAIMER

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Der mvd e.V. übernimmt keine Haftung für gesundheitliche Schäden oder Risiken der TeilnehmerInnen im Zusammenhang mit der Teilnahme an den Angeboten von mvd fitness. Es obliegt den TeilnehmerInnen, den eigenen Gesundheitszustand vorher zu überprüfen.

GYMWELT
GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN

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.