

**NEUER FITNESSKURS
RUNDUMFIT
AB 13. SEPTEMBER 2023**



Abwechslungsreiches Ganzkörpertraining mit dem eigenen Körpergewicht und Kleingeräten, wie Theraband, Hanteln usw.

TERMINÜBERSICHT 13. September 2023
20. September 2023
27. September 2023
04. Oktober 2023
11. Oktober 2023
18. Oktober 2023
25. Oktober 2023

UHRZEIT mittwochs jeweils 18:00 - 19:00 Uhr

ORT Sporthalle der Tullaschule, Rathenaustraße gegenüber Haus Nr. 17, im Hof rechts

VORAUSSETZUNGEN Keine ...
-für Neueinsteiger und Wiedereinsteiger bis Fortgeschrittene

MITZUBRINGEN Hallensportschuhe, Trainingskleidung, Getränk ... am besten Wasser

ANMELDUNG formlos an fitness@mvd-mannheim.de
Name, Vorname, Email-Adresse, Mobilnummer

KOSTENBEITRAG Der Kurs mit 7 Trainings ab Mittwoch, dem 13. September 2023, kostet 20,00 EUR.
Die Teilnehmer*innen können kostenlos auch an den zehn anderen Trainingsangeboten von mvd-fitness teilnehmen.

MITGLIEDER Für alle mvd-Mitglieder ist die Teilnahme 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.



Wir freuen uns sehr, dass Dörte, die sich bei **mvd-fitness** bereits einen Namen als Trainerin für ENERGY DANCE® gemacht hat, bereit ist eine weiteres Fitnessangebot für uns aufzubauen.

MEHR KURSINFO 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 des mvd e. V. . Es obliegt den TeilnehmerInnen, den eigenen Gesundheitszustand vorher zu überprüfen.



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.