

Sportstunden Winterhalbjahr (Ende Sept.-Ende April)

Hier der Wochenplan, mit den von mir angebotenen **VHS-Kursen** und **10er-Karten-Kursen**:

Montag:

17.30 Uhr: Trampolin **10-er-Karte/Prem**

19 Uhr: Slashpipe **VHS-Lechbruck**

Dienstag: bin ich in Füßen...

Mittwoch:

11 Uhr: Pilates **VHS-Lechbruck**

17.15 Uhr: Functional-Fitness **VHS-Trauchgau**

18.45 Uhr: Functional-Fitness **VHS-Lechbruck**

Donnerstag:

9.45 Wassergymnastik **VHS-Trauchgau** (ausgebucht)

16 -19 Uhr: Wirbelsäulengymnastik 1-3 **VHS-Trauchgau**

19.30 Uhr: Trampolin-Slashpipe-Mix **10er-Karte/Prem**

Wie ich rot hervor gehoben habe, gibt es zwei 10er-Karten-Kurse die Woche, der Rest ist über die VHS. Die **VHS-Kurse** müssen als Komplettkurs gebucht und bezahlt werden. Bei Interesse einfach bei mir melden. Anmeldung auch noch am ersten Kurstag möglich.

Die 10er-Karten-Kurse sind ab sofort:

in Prem, Kirchplatz 14 (bei Bäckerin Martina Rampp, wo´s Freitags das gute Brot gibt...)

Wir sind dort im Obergeschoß, der Eingang ist wenn ihr vor dem Haus steht rechts seitlich, wo die Einfahrt ist. Gleich rechts die Treppe hoch ist unser Trainingsraum.

Anmeldung wie immer über Sms oder WhatsApp.

Mitbringen: Handtuch, dicke Socken/Rutschhemmersocken/dünne Turnschuhe, ggf. Getränk

Parken: überall an der Straße entlang, in der Einfahrt, ...

Lasst euch noch fitter machen! Bis bald! Eure Diana :-))

Web: diana-rubin.de

Mail: info@diana-rubin.de

Hdy: 0171 4587890