



# SV Bayernrain-Linden e. V.

## FITNESS

### Neue Kurse ab März / April 2024

<b>Montag</b>	09.00 - 10.00 Uhr	Morgengymnastik	mit Bernadette
	18.00 - 19.00 Uhr	Allgemeine Fitness	mit Martina
	19.00 - 20.00 Uhr	Allgemeine Fitness	mit Martina
<b>Dienstag</b>	09.00 - 10.00 Uhr	Hatha Yoga	mit Sara
	10.10 - 11.10 Uhr	Hatha Yoga	mit Sara – NEU ab 09.04.2024
	17.00 - 18.00 Uhr	Power Workout	mit Johanna
	18.00 - 19.00 Uhr	Workout	mit Bernadette
<b>Mittwoch</b>	18.00 - 19.00 Uhr	Vinyasa Yoga	mit Saskia – NEU ab 06.03.2024
<b>Freitag</b>	17.00 - 18.30 Uhr	Body Balance	mit Monika

#### Anmeldung beim jeweiligen Trainer:

Bernadette Sterzer:	0179 43 70 240
Martina Backhaus:	0172 85 31 866
Sara Heimes:	0176 310 46 313
Johanna Hainz:	0173 897 13 16
Saskia:	0176 225 19 222
Monika Schwarzhuber:	0160 44 40 123 (bitte Nachrichten per WhatsApp oder Signal)

#### Wichtig!

Eure Mitgliedschaft im Sportverein ist aus versicherungstechnischen Gründen erforderlich und Eure Kursanmeldungen sind verbindlich!

Einheit / 1 Stunde	Mitglied SV Bayernrain-Linden e.V.		Mitglied TSV Dietramszell e.V.	
	Block	Einzel	Block	Einzel
Bis 17 Jahre	2,50 €	3,50 €	3,00 €	4,00 €
Ab 18 Jahre	4,00 €	5,00 €	5,00 €	6,00 €