

SPORTVEREIN

FUN-BALL DORTTELWEIL E.V.

Abteilung Group Fitness

Sport als Erlebnis!

JUMPING FITNESS

Das Power-Workout auf dem Mini-Trampolin



Jumping® Fitness ist ein Workout mit dem Sprungtuch zu energiegeladener Musik, bei dem Gleichgewicht und Körperkoordination deutlich verbessert werden. Über 400 Muskeln werden gefordert und das Herz-Kreislauf-System wird trainiert - dabei belastet der effektive Kalorienverbrenner kaum die Gelenke. Dieser Kurs bietet ein tolles Gruppengefühl, mitreißendes Training und jede Menge Spaß!

Wissenswertes: Grundsätzlich ist Jumping für jedes Alter und jeden Fitnesslevel geeignet. Nicht geeignet für Menschen mit Herzschrittmachern und Frauen in der Schwangerschaft. Mindestalter: 14 Jahre. Maximales Körpergewicht: 120 kg.

Tag/Uhrzeit:	Dienstag, 18.30 – 19.30 Uhr
Dauer:	5 x 1 Stunde
Ort:	Vereinssportzentrum (Fraunhoferstr. 21), VSZ2
Gebühren:	€ 35 für Mitglieder / € 82,- für Nichtmitglieder
Leitung:	Luis Moraes-Stein
Beginn/Special-Nr.:	06. Oktober 2020, 2020-47
Beginn/Special-Nr.:	10. November 2020, 2020-48

Anmeldung: telefonisch, per E-Mail oder persönlich in der Geschäftsstelle. Zahlung der Teilnahmegebühr **spätestens 10 Tage vor Beginn**. Ein Rücktritt von der Anmeldung muss der Geschäftsstelle bis spätestens eine Woche vor Beginn des Angebotes schriftlich vorliegen. Bei später eingehenden Stornierungen ist eine Erstattung der Teilnahmegebühr nicht mehr möglich. Weitere Informationen entnehmen Sie bitte unserer Gebührenordnung auf der Homepage.

Öffnungszeiten Geschäftsstelle | Mo. + Mi.: 09.00 - 12.00 & Di. + Do.: 17.30 - 19.30 Uhr
Kontakt | Telefon: 06101-989393, E-Mail: kurse@fun-ball-dortelweil.de
Bankverbindung | IBAN: DE75 5185 0079 0106 0084 69