



INDOOR CYCLING

Basic

Indoor Cycling ist ein Gruppentrainingsprogramm auf stationären Fahrrädern, um Kraft und Ausdauer zu fördern. Hier lernst die Grundlagen und kannst mit allen Basic Techniken deine Fitness und Gesundheit aufbauen. An dem Special können Anfänger und Fortgeschrittenen teilnehmen. Neben dem hohen Trainingsfaktor bietet Indoor Cycling vor allem eins – Spaß!

Ort: VSZ Fraunhoferstraße 21, 61118 Bad Vilbel

Tag /Uhrzeit	Special-Nr./Dauer	Gebühren/Leitung/Raum
Montag, 19.10.2020 09.30 - 10.30 Uhr	2020-59 8 x 1h	€ 40,- für Mitglieder /€ 104,- für Nichtmitgl. Inga Kassner/ VZS 4
Dienstag, 20.10.2020 20.00-21.00 Uhr	2020-63 8 x 1 h	€ 40,- für Mitglieder /€ 104,- für Nichtmitgl. Stefan Dröge/ VZS 4
Mittwoch, 21.10.2020 18.30 – 19.30 Uhr	2020-61 8 x 1h	€ 40,- für Mitglieder /€ 104,- für Nichtmitgl. Jana Freundschiig/ VSZ 4
Donnerstag, 22.10.2020 07.30 - 08.30 Uhr	2020-62 8 x 1h	€ 40,- für Mitglieder /€ 104,- für Nichtmitgl. Thomas Dey Menzl/VSZ 4
Donnerstag, 22.10.2020 19.00 - 20.00 Uhr	2020-64 8 x 1h	€ 40,- für Mitglieder /€ 104,- für Nichtmitgl. Nina Eichhorn/VSZ 4
Sonntag, 08.11.2020 17.00 - 18.00 Uhr	2020-58 6 x 1h	€ 30,- für Mitglieder /€ 78,- für Nichtmitgl. Joe Kopp/VSZ 4

Anmeldung: telefonisch, per E-Mail oder persönlich in der Geschäftsstelle. Mit Anmeldung und pünktlicher Überweisung der Teilnahmegebühr **spätestens 10 Tage vor Beginn** erhält man automatisch einen Teilnehmerplatz. Sollte das Special bereits ausgebucht sein oder nicht zustande kommen, erhält der Teilnehmer eine Information aus der Geschäftsstelle; bereits gezahlte Gebühren werden erstattet. 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.

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