

SOMMERFERIEN-PROGRAMM 2020

Nachdem wir nach unserer ungewollten Auszeit so gut gestartet sind, bieten wir euch ganz viele Termine in unserem Ferienprogramm.

ZIEL aller Stunden ist es die Fitness, die Beweglichkeit, das Bindegewebe und die Muskulatur zu erhalten und zu verbessern.

Wir müssen die Teilnehmerzahl immer noch begrenzen, deswegen ist auch unser Ferienprogramm 2020 mit Anmeldung.

Bitte meldet euch rechtzeitig bei der jeweiligen Trainerin an! Herzlichen Dank

MONTAG, den 03.08.2020 **18:00 – 18:45 Uhr** **JUMPING Fitness** mit Sabine
19:00 – 20:00 Uhr **ZUMBA Yoga - Pilates** mit Sabine
ANMELDUNG bis einschl. 02.08.20: sabine.seelos@web.de oder Tel: 08861/693073

MITTWOCH, den 05.08.2020 **18:30 – 19:30 Uhr** **HIIT Workout + Stretch** mit Sabine
ANMELDUNG bis einschl. 04.08.2020: sabine.seelos@web.de oder Tel: 08861/693073

MONTAG, den 10.08.2020 **18:30 – 19:30 Uhr** **Easy Aerobic + BBP** mit Marianne
ANMELDUNG bis einschl. 09.08.2020: Tel: 08861/20560

MITTWOCH, den 12.08.2020 **18:30 – 19:30 Uhr** **STEP – Workout** mit Marianne
ANMELDUNG bis einschl. 11.08.2020: Tel: 08861/20560

MONTAG, den 17.08.2020 **18:30 – 19:30 Uhr** **Body - Workout** mit Marianne
ANMELDUNG bis einschl. 16.08.2020: Tel: 08861/20560

MITTWOCH, den 19.08.2020 **09:00 – 10:00 Uhr** **Pilates** mit Irmi
18:30 – 19:30 Uhr **Funktionelles Training** mit Irmi
ANMELDUNG bis einschl. 18.08.2020: irmgard.kraensel@aktiv-team.com oder Tel: 08861/59610

MONTAG, den 24.08.2020 **18:00 – 18:45 Uhr** **JUMPING Fitness** mit Magdalena
19:00 – 20:00 Uhr **Rundum Fit** mit Magdalena
ANMELDUNG bis einschl. 23.08.2020: magdalena.strunz@gmail.com oder Tel: 0175/2325424

MITTWOCH, den 26.08.2020 **09:00 – 10:00 Uhr** **Pilates** mit Irmi
18:30 – 19:30 Uhr **Bodystyling** mit Irmi
ANMELDUNG bis einschl. 25.08.2020: irmgard.kraensel@aktiv-team.com oder Tel: 08861/59610

MONTAG, den 31.08.2020 **18:30 – 19:30 Uhr** **Rock your body** mit Sabine
ANMELDUNG bis einschl. 30.08.2020: sabine.seelos@web.de oder Tel: 08861/693073

MITTWOCH, den **02.09.2020** **18:00 – 18:45** Uhr **JUMPING Fitness** mit Magdalena
 19:00 – 20:00 Uhr **Flexi - Langhantel Workout** mit Magdalena
ANMELDUNG bis einschl. 01.09.2020: magdalena.strunz@gmail.com oder Tel: 0175/2325424

MONTAG, den **07.09.2020** **18:30 – 19:30** Uhr **Power Hour** mit Irmi
ANMELDUNG bis einschl. 06.09.2020: irmgard.kraensel@aktiv-team.com oder Tel: 08861/59610

MITTWOCH, den **09.09.2020** **09:00 – 10:00** Uhr **Pilates** mit Irmi
ANMELDUNG bis einschl. 08.09.2020: irmgard.kraensel@aktiv-team.com oder Tel: 08861/59610

MITTWOCH, den **09.09.2020** **18:00 – 18:45** Uhr **JUMPING Fitness** mit Sabine
 19:00 – 20:00 Uhr **HIIT Workout + Stretch** mit Sabine
ANMELDUNG bis einschl. 08.09.2200: sabine.seelos@web.de oder Tel: 08861/693073

DONNERSTAG, den **10.09.2020** **09:00 – 10:00** Uhr **ZUMBA - Figur** mit Sabine
ANMELDUNG bis einschl. 09.09.2020: sabine.seelos@web.de oder Tel: 08861/693073

***Bitte meldet euch mit Angabe eurer Telefonnummer bis spätestens zum angegebenen Tag an.
Die Anmeldung verpflichtet zur Zahlung.
Wenn ihr selber nicht teilnehmen könnt, dürft ihr gerne eine Ersatzperson schicken.
Vielen Dank für euer Verständnis.***

Teilnahmegebühr: 6,- € pro 60 min./Jumping 45 min.
Die Teilnahmegebühr ist vor Ort zu bezahlen, Danke.

Das Ferienprogramm findet im ZEGALA, Bahnhofstr. 6a, in Peiting statt.

**An dieser Stelle ein Herzliches DANKESCHÖN an euch Alle,
für die vielen Anmeldungen zu unseren Sommerkursen,
für euer fleißiges Mitmachen und beim aktiven Einhalten der Hygiene-Regeln.
Nur ihr macht es möglich, dass wir ganz entspannt und mit viel Spaß gemeinsam trainieren können.
Ihr seid super!**

Euer Aktiv-Team
Irmgard, Sabine, Marianne, Magdalena, Tara, Anja, Sophia, Andi und Bärbel

Zur INFO: der REHA-Sport findet wie gewohnt den ganzen August statt.

ANMELDUNG für das HERBST-Programm 2020 ist ab sofort möglich.

KURS – Start ab Montag, den 14.09.2020 – HERBST – Programm 2020
www.aktiv-team.com