

# FIT & GESUND GYMNASTIKSTUDIO

## Kursplan Herbst 2019



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
				8:00 Uhr <b>Step &amp; Bauch*</b>
	9:00 Uhr <b>Body-Balance*</b>			9:00 Uhr <b>Gesunder Rücken &amp; sanftes Pilates*</b>
	10:00 Uhr <b>Gesunder Rücken*</b>			10:00 Uhr <b>Sesselgymnastik*</b>

	14:30 Uhr <b>Kleine Schwäne (4-6 J.)</b>		14:30 Uhr <b>Flotte Zwitscherl (2-4 J.)</b>	
	15:30 Uhr <b>Pop Jam (6-8 J.)</b>		15:30 Uhr <b>Pop Jam (6-8 J.)</b>	
17:00 Uhr <b>Bauch-Beine-Po*</b>	16:30 Uhr <b>Cool Moves (8-10 J.)</b>	17:00 Uhr <b>Gesunder Rücken &amp; sanftes Pilates*</b>	16:30 Uhr <b>Street Styles (6-8 J.)</b>	
18:00 Uhr <b>Gesunder Rücken*</b>	17:30 Uhr <b>Street Styles (10-16 J.)</b>	18:00 Uhr <b>Fatburner</b>	17:30 Uhr <b>Cool Moves (10-16 J.)</b>	
19:00 Uhr <b>Step Cool &amp; Bauch</b>	18:30 Uhr <b>Bauch-Beine-Po &amp; Step*</b>	19:00 Uhr <b>Pilates*</b>		
20:00 Uhr <b>Rock the Billy</b>	19:30 Uhr <b>Deep Work</b>		20:00 Uhr <b>Open Styles (ab 16 J.)</b>	

### Fit & Gesund Gymnastikstudio

Mag. Melanie Golob | Beginn: 30.09.2019  
T: 0676 9255002 | [www.pilates-fitness.at](http://www.pilates-fitness.at)

### Tanzstudio LILORAMA

Lisa Lassnig | Beginn: 1.10.2019  
T: 0668 8269360 | [www.lilorama.at](http://www.lilorama.at)

### Tanzstudio MOVIN

Claudia Meier | Beginn: 30.9.2019  
T: 0650 2618135 | [www.movin.at](http://www.movin.at)

Preise finden Sie auf den Websites.  
**\*für Anfänger geeignet**



Werde Fit & Gesund-Mitglied – mit einer Mitgliedschaft kannst du ab nur € 52,- pro Monat jederzeit jeden meiner Kurse besuchen.

### Kurze Bindefrist | Kursteilnahme jederzeit

Bei „Fit & Gesund“ gibt es keine jahrelange Bindung. Das ABO wird am 10. jedes Monats abgebucht und endet automatisch nach Zeitablauf. Solltest du aus gesundheitlichen Gründen ausfallen, verrechnen für diesen Zeitraum keine Mitgliedsbeiträge, wenn du ein ärztliches Attest vorlegst. Auch bei Kursunterbrechungen meinerseits länger als 3 Wochen werden keine Mitgliedsbeiträge verrechnet.

#### Info und Anmeldung:

Mag. Melanie Golob

0676 9255002

[www.pilates-fitness.at](http://www.pilates-fitness.at)

[info@seefels.net](mailto:info@seefels.net)

### Preisliste\*

ABO 12 Monate	€ 52,-/Monat
ABO 9 Monate	€ 56,-/Monat
ABO 6 Monate	€ 60,-/Monat
ABO 3 Monate	€ 65,-/Monat
5er Block	€ 55,-
10er Block	€ 98,-
20er Block	€ 178,-
Einzelstunde	€ 12,-

\* gültig ab 01.09.2019 | alle Preise inkl. 20% MwSt.  
Änderungen des Kursplanes möglich. Im Sommer werden weniger Kurse angeboten.