



Indoor-Cycling „LIGHT“



„Schnupper“ – Veranstaltung
Donnerstag
01.03.2018 um 09:30 Uhr
im Brukterria-Treff am Stadion



Wir bieten für alle Interessierten an, Indoor-Cycling Donnerstags in einem Vormittagskurs von 09.30 bis 10:30 Uhr kennenzulernen.

Der Kurs richtet sich in erster Linie an Senioren und „Untrainierte“, die sich nicht sofort mit „Volldampf“ in die neue Sportart stürzen möchten.

Mit „verhaltenem Tempo“ und mehreren Pausen geht es eine Stunde lang darum, die Sportart näher kennenzulernen und Spaß an der Bewegung zu finden.



Nach dem Schnupperkurs werden wir bei entsprechendem Interesse (mind. 10 Teilnehmer) zunächst einen Kursblock mit 3 Tagen a´ 1 Stunde anbieten.

Der Kostenbeitrag dafür beträgt insgesamt 15 € für Brukterria-Mitglieder und 21 € für Nichtmitglieder.

Ein Wechsel in die angebotenen Standardkurse am Mittwoch und Donnerstag (jeweils 18:30 und 19:30 Uhr) ist nach Absprache möglich.

Der Kurs findet unter Anleitung einer professionellen Übungsleiterin statt.



Anmeldung bis zum 23.02.2018:

Maria Wagner

Robert-Koch-Str. 25, 48477 Hörstel-Dreierwalde

T: 0160 90794740 oder 05978/1309

Email: indoorcycling@brukterria-dreierwalde.de