

Mountain Aktiv Fitness Programm ab 11.11. 2019 bis 27.3. 2020

		Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		Dani	Kay	Maria
		17:50 Uhr Indoor Cycling Mixed Class—Relaxed 60 min Energiekurs für Einsteiger mit Flachetappen und kleinen Bergen		
		19:00 Uhr Indoor Cycling Mountain climb 90 min Intervallprogramm bergauf und bergab. Kraftausdauer Bergstunde mit langen Anstiegen und Belastungsspitzen.	19:00 Uhr Indoor Cycling Mountain climb 90 min Intervallprogramm bergauf und bergab. Kraftausdauer Bergstunde mit langen Anstiegen und Belastungsspitzen.	18:30 Uhr Indoor Cycling Mountain climb 90 min Intervallprogramm bergauf und bergab. Kraftausdauer Bergstunde mit langen Anstiegen und Belastungsspitzen.

Anmeldung: Telefonisch, per Mail oder persönlich in Anmelde Listen erforderlich

Kursgebühr: 5 er Karte € 50,00, 10 er Karte € 94,00. Die Kursgebühr ist zu Beginn des Kurses fällig. EC Kartenzahlung möglich! Barrückerstattung und Übertragung der Karte ist nicht möglich! Die Karte behält 3 Jahre ihre Gültigkeit.

Kursablauf: Die Cycling Kurse werden von qualifizierten Trainern geleitet - **die Mindestteilnehmerzahl ist 5 Personen.**

Abmeldung: Nicht rechtzeitig abgesagte Termine (6 Stunden vorher) werden berechnet. Urlaubsgäste sind bei allen Kursen herzlich Willkommen. Änderungen vorbehalten!

Veranstalter: Mountain Aktiv, Daniela Hackl und Petra Kamml, Adlgasser Straße 16, 83334 Inzell, Tel: 08665 - 929458, www.mountain-aktiv.de