

NEWSLETTER

August 2016

NEUE TERMINE FÜR 60+ KURSE

Ab dem 19. August gibt es
zwei zusätzliche Kurse:

Montag 10.30h – 11.30h

Freitag 10.30h – 11.30h

Rundum Fit 60+

Inhalte:

Muskelaufbau gegen

Osteoporose – Beckenboden

– Hüfte/Knie – Beweglichkeit

NEUER STUNDENPLAN AB 5. SEPTEMBER

Der neue Stundenplan ist auf der Webseite zum Download
(fit-mit-elvira.at – Sommerkursplan) – und zum Mitnehmen
ausgedruckt im Studio.

Was ändert sich?

Anmeldung

Einige Kurse erfordern Anmeldung (sind alle mit * gekennzeichnet).
Anmeldung ist möglich:

- Telefonisch oder SMS: 0660/4271849
- Email: elvira@fit-mit-elvira.at
- Webseite www.fit-mit-elvira.at/kontakt
- In die ausliegenden Listen eintragen

Anfangszeiten Corlates und BBP ab 5. September:

DI 10.30 Corlates – **16.30** BBP

MI 18.30 Corlates

DO 18.30 BBP

SA 09.00 Corlates – **10.00** BBP

Was fällt weg?

Das **freie Training** wird storniert – wollte niemand ☹

FRÜHTERMIN

Für alle, die es abends nicht schaffen gibt es einen Frühtermin☺:

ab 9. September **freitags um 07.30h Corlates Rückenfit** –
Anmeldung erforderlich bis donnerstags 17.00h!

SPÄTTERMIN

Stretch & Relax – es bleibt!

Donnerstags 19.30 – 20.30h –

Anmeldung erforderlich bis donnerstags 17.00h!



KOORDINATIONS- TRAINING IM MOTORIKPARK WIEN 10

**Am Freitag den 16.
September** und am **Montag
den 17. Oktober** gibt es
Koordinationstraining im
Motorikpark in Wien 10 –
Helmut-Zilk-Park –
vorausgesetzt, das Wetter
passt.

Treffpunkt ist 09.30h an der
U1-Station Keplerplatz.

**Anmeldung mit
Telefonnummer
erforderlich!**

PREISE

Die Jahresabos wird es nicht mehr geben, da es nur wenig Bedarf gab.
Die Monatskarten werden dafür auf € 59,- runtergesetzt.
Außerdem gibt es 3-Monatskarten um € 154,- und die Semesterkarte um
€ 295,-.

Was heißt das für die bestehenden Verträge?
Ich werde die Verträge jeweils zum Auslaufdatum kündigen.
Ihr habt aber auch die Möglichkeit, Verträge schon vorab zu kündigen,
wenn Ihr sie sowieso nicht nutzt.

Im Seniorenbereich gibt es keine Änderungen!

