

P – Seminar Sport CVG



Anmeldung *Aerobic Event*

Persönliche Daten

Name, Vorname _____

Geburtsdatum: _____ Telefonnr.: _____

Adresse: _____

Email: _____

Zusatzleistung

Warmes Mittagessen (5€ Aufschlag):

- Ja
 Nein

Unterschrift

Datum

Bitte für jede Stunde Erst- und Zweitwahl mit „1.“ und „2.“ angeben:

10.00 – 11.00 Uhr:

11.15 – 12.15 Uhr:

13.15 – 14.15 Uhr:

14.30 – 15.30 Uhr:

Anmeldeformular zurück an: aerobicevent@web.de

Oder per Post an:
Caspar-Vischer-Gymnasium
Christian-Pertsch-Str. 4
95326 Kulmbach

Kursplan Aerobicevent CVG Kulmbach am 30.9.2017

UHRZEIT	TURNHALLE 1	TURNHALLE 2	TURNHALLE 3 (Pestalozzi)
10:00-11:00 Uhr	Body tone Anja Waltes	Pilates Conny Dauer	Zumba Midi De' Marco (KA2)
11:00-11:15 Uhr	Pause		
11:15-12:15 Uhr	Deepwork Anja Waltes	Thai-Yoga Conny Dauer	Crossfit Ralf Müller (Crossfit)
12:15-13:15 Uhr	Mittagspause		
13:15-14:15 Uhr	Faszien-Training Monika Mix (KA2)	Fatburner Katharina Starz und Ilka de Ridder (Fit n' Fun)	Funktionelles Ganzkörpertraining Marc Jersch (Kurswerk)
14:15-14:30 Uhr	Pause		
14:30-15:30 Uhr	Faszien-Training Monika Mix (KA2)	Wellness- Workout Ilka de Ridder und Daniela Braun (Fit n' Fun)	Pilates Anna Jahreis (Kurswerk)