

Indoor Cycling Herbst-Winter 2018/2019

In Zusammenarbeit mit **ENERGY FITNESS** in St. Valentin wird auch diese Herbst- Wintersaison wieder ein Indoor Cycling Kurs stattfinden. Alle Infos und Details sind den nachfolgenden Zeilen zu entnehmen.

- Termin:** Kurs 1: jeden Donnerstag von 18:30 bis 20:30
Kurs 2: jeden Samstag von 09:00 bis 11:00 – findet nur statt wenn Kurs 1 voll belegt ist und Mindestteilnehmerzahl erreicht wird – vereinzelt kann Kurs 2 nach Vorankündigung auf Ersatztag verlegt werden
- Treffpunkt:** ENERGY FITNESS, St. Valentin, Langenharterstrasse 13
- Zeitdauer:** Do. und Sa. ca. 2 Stunden - 2 Einheiten mit einer kurzen Pause
- Zeitraum:** Mitte November 2018 bis Mitte April 2019 (5 Monate)
Genauer Start- und Endtermin wird ca. Mitte Oktober feststehen
- Kosten:** 209.- Euro für einen Kurs (1 oder 2)
309.- Euro für zwei Kurse (1 und 2)
Bei Anmeldung im Voraus an Energy Fitness in bar zu bezahlen
- Anmeldung:** Vorreservierung telefonisch und per Mail möglich - gesicherter Kursplatz ist aber nur bei im Voraus bezahlter Kursgebühr gewährleistet (Zahlung direkt im Studio)
- Teilnehmer:** Max. 12 Teilnehmer pro Kurs – Mindestteilnehmerzahl 7 Teilnehmer pro Kurs (darunter findet der Kurs nicht statt)
- Ausrüstung:** Radsportkleidung, Handtuch, Radschuhe (SPD System) oder Sportschuhe mit fester Sohle, Pulsmesser, Trinkflaschen
- Ansprechpartner:** Herr Werner Kößler – Energy Fitness Studioleiter
Tel.: 07435/ 58 819 zu den Betreuungszeiten
E-Mail: st.valentin@energyfitness.at
Web: www.energyfitness.at
- Herr Wolfgang Minichberger – Kursleiter
Tel.: 0699/10980451
E-Mail: office@puls-schlag.at
Web: www.puls-schlag.at

Wir freuen uns auf Deine Teilnahme!

