



München, 01.09.2021

## Unser Programm ab September 2021

<b>MONTAG</b>	18:00-18:45	Dagmar	<b>Step &amp; Style</b>	ab 20.09.2021
	19:00-19:45	Dagmar	<b>Body-Workout</b>	ab 20.09.2021
<b>DIENSTAG</b>	18:00-18:45	Tina	<b>Wirbelsäule dynamisch</b>	ab 14.09.2021
	19:00-19:45	Yvonne	<b>Rücken, Faszien und mehr</b>	ab 05.10.2021
	20:00-20:45	Yvonne	<b>Step Aerobic Anfänger</b>	ab 05.10.2021
<b>MITTWOCH</b>	18:00-19:15	Josi	<b>Yoga (Kurs 10x)</b>	06.10.-15.12.2021
	Zuzahlung Mitglieder: 80,-€		Kosten Nicht-Mitglieder: 110,-€	
	19:30-20:30	Zayddi	<b>Zumba (Kurs 10x)</b>	06.10.-15.12.2021
	Zuzahlung Mitglieder: 60,-€		Kosten Nicht-Mitglieder: 90,-€	
Anmeldung zu den Kursen per Email: <a href="mailto:gymnastik@svzandorf.de">gymnastik@svzandorf.de</a> Die Kurse sind bei der ersten Stunde zu bezahlen. Im Fall von Corona-Einschränkungen, wird Yoga online angeboten und Zumba anteilig erstattet.				
<b>DONNERSTAG</b>	18:30-19:15 + 30 min	Diana	<b>Gymnastik für Junggebliebene / Stretching</b>	ab 07.10.2021

**Hygienekonzept:** Stunden sind auf 19 Teilnehmer begrenzt, Teilnahme nur für vollständig geimpfte, genesene Personen oder Personen mit aktuellem negativem Corona-Test (Test-Center, Apotheke). Es ist beim Betreten/Verlassen eine FFP2-Maske (medizinische Maske) zu tragen! Der Mindestabstand von 1,5m muss eingehalten werden! **Bitte eigene Gymnastikmatte mitbringen!**