

Technik

Takt

Engagement

Energie

Ausdauer

Akrobatik

Motivation

Musik



Aerobic

Kraftelemente

Gleichgewicht

Beweglichkeit

Sprünge

Freude

schwitzen

Wir leben Team Aerobic weil wir die Technik, Kraftelemente, Ausdauer, Gleichgewicht und Beweglichkeit lieben.

Wir trainieren am Donnerstag im Wechsel von 19.30-20.45 oder 20.45-22.00 und während der Wettkampfsaison (ab den Frühlingsferien) jeden 2. Montag von 20.30-22.00. Interessierte und Neugierige sind herzlich willkommen ein Schuppertraining zu besuchen.

Das Leiterteam:

Miriam und Melanie Habegger

