

# FITNESS-Programm

## Herbst 2026

für Frauen, Männer und Jugendliche



## ZUMBA®fitness- RÜCKEN FIT- FITMIX

**MONTAG:** 🕒 **ZUMBA®fitness** 18.15 - 19.10 Uhr

14.09. - 23.11.2026 10 EH € 90,00

**MONTAG:** **RÜCKEN FIT** 19.30 - 20.30 Uhr

Bewegen - mobilisieren - wohlfühlen 😊

14.09. - 23.11.2026 10 EH € 80,00

**MITTWOCH:** **FITMIX** 18.30 - 19.45 Uhr

Bewegen - kräftigen - Muskeln spüren 😊

16.09. - 25.11.2026 11 EH € 88,00

Termine können sich ggf noch geringfügig ändern.



Bitte mitbringen: Eigene Matte (wenn vorhanden) und Handtuch  
(für Rücken Fit und Fitmix)

Einige Matten stehen auch in der Halle zur Verfügung.

Wo: Sporthalle Sipbachzell

Für Anmeldungen und Fragen: **Silke Bartl**, 0676/40 575 15,  
oder [silke.bartl@fitmix.at](mailto:silke.bartl@fitmix.at)

dipl. PowerVit®, dipl. Aerobic, ZUMBA®fitness und STRONG by ZUMBA® Instructor

[www.fitmix.at](http://www.fitmix.at)