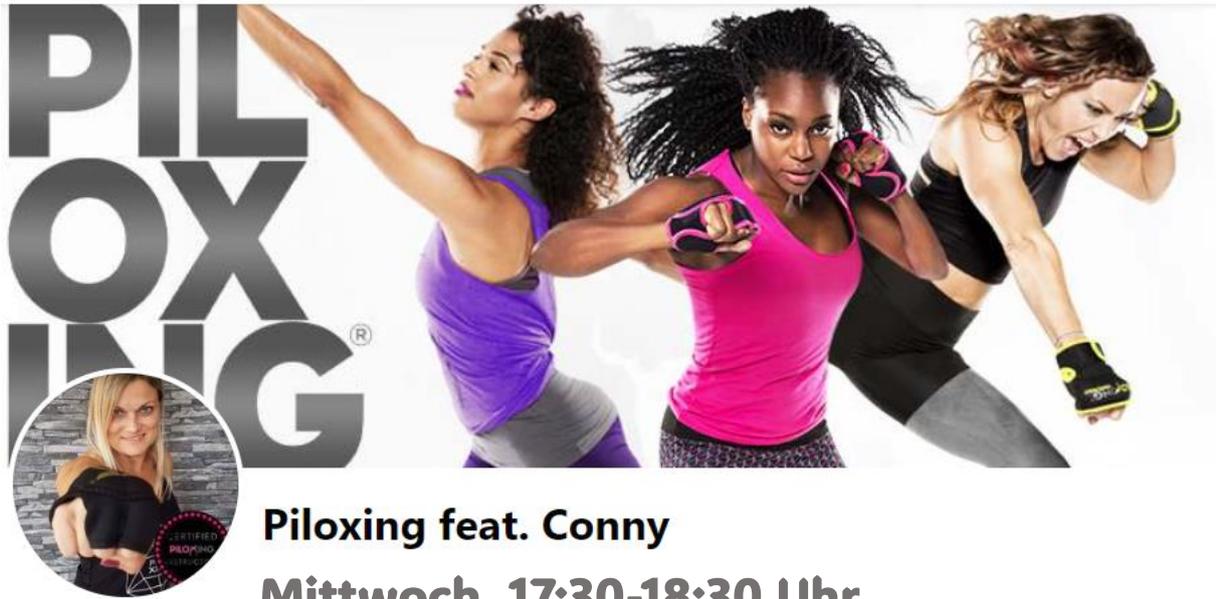


# PILOXING mit Cornelia Zak

**Am 10. Jänner 2024 startet wieder ein 10er-Block**



**Piloxing feat. Conny**

**Mittwoch, 17:30-18:30 Uhr**

**im Turnsaal der VS Roitham am Traunfall**

Piloxing® ist ein schweißtreibendes Intervall-Training, ein Mix aus Tanzen, Boxen und Pilates. Der Fitness-Mix kombiniert die kraftvollen, schnellen Bewegungen von Boxen mit den ästhetischen und feinen Übungen aus dem Pilates. Das Ganze wird mit viel guter Laune und ein wenig Hüftschwung beim Tanzen ergänzt.

**TERMINE: 10.01., 17.01., 24.01., 31.01., 07.02., 14.02., 28.02., 06.03., 13.03. 20.03.** kein Piloxing am 21.02. (Semesterferien)

**KOSTEN:** €30,- für 10 Einheiten (€ 3,-/Stunde)

**ANMELDUNG:** [roitham.sportunion.at](http://roitham.sportunion.at) => Kursanmeldung  
oder bei Verena Pichlmann Tel.: (0699) 1986 10 09

[roitham.sportunion.at](http://roitham.sportunion.at); ZVR-Zahl: 360 305 163

*Wir bewegen Menschen*