



**Sparkasse  
Allgäu**

## **Spinning in Sonthofen**

Abteilung: Sport

Ansprechpartner: Sebastian Obermaier

25.09.2013

Zielgruppe: ALLE

Art der Information: Information

Schlagzeile: Spinning in Sonthofen-Bihlerdorf ab 15.10.2013

Liebe Radlfreunde,

Für Sonthofen wollen wir eine neue Spinning-Runde einläuten.

Im Gegensatz zu den Vorjahren beginnen wir eine Stunde früher!  
Wir treffen uns immer **Dienstags um 18:15 Uhr** im Aviva in Bihlerdorf.  
(Einfahrt gegenüber „Schiff“) [www.aviva-fitness.com](http://www.aviva-fitness.com)

**Beginn der Stunde wird dann um 18:20 Uhr sein.**

**Beginnen werden wir unsere ersten 10 Runden am 15.10.2013.**

Uns stehen 13 Räder zur Verfügung. Das heißt schnell zu greifen und anmelden. Es gilt das Windhundverfahren. Bei Bedarf werden wir eine Warte-, oder Ersatzliste erstellen.

Der Kurs kostet 60,00 €, Sportgemeinschaftsmitglieder bekommen 5,00 € erstattet.

Bitte meldet Euch bis spätestens **10.10.2013** über die Event-Datenbank an.

Spinning ist Radfahren in der Gruppe mit Musik.  
Auf stationären Bikes, die mit Schwungscheiben ausgerüstet sind,  
werden bestimmte Strecken wie z. B. Berge und Ebene simuliert.  
Der Widerstand kann individuell eingestellt werden.  
Somit kann jede/r mitfahren!

Externe Mitglieder können sich gerne per Mail an [sportgemeinschaft@sparkasse-allgaeu.de](mailto:sportgemeinschaft@sparkasse-allgaeu.de) anmelden.  
Bitte geben Sie Ihren Namen, den Betreff der Veranstaltung und eine Rückrufnummer für eventuelle Rückfragen und Informationen an.

Mit sportlichen Grüßen

Die Sportgemeinschaft

Sebastian Obermaier