

Bandagen Workshops



BILLY BLANKS®
TAE BO® FITNESS



Gelb SO, 4.12.2011

Grün SA/SO, 3./4.3.2012

Orange SO, 18.3.2012

Die Workshops finden im Sportcenter Ost, St.Gallen, 10.00 bis ca. 16.00 Uhr statt.
www.sportcenterost.ch www.taebo-team.ch

Voraussetzung:

Für «Gelb» zugelassen ist, wer mindestens sechs Monate regelmässig an TAE BO®/TAE BO® Intro Kursen (1 bis 2 x wöchentlich) teilgenommen hat.

Frühestens sechs Monate nach bestandenem Gelbbandagen-Workshop kann der Workshop für «Orange» absolviert werden.

Um am **Grün-Bandagen-Workshop** teilzunehmen, muss nach «Orange» mindestens ein Jahr weitertrainiert werden.
Die Workshopzeiten von «Grün» werden noch bekannt gegeben.