



BRFV · Landshamer Straße 11 · 81929 München

Geschäftsstelle:
Landshamer Straße 11
81929 München
Telefon 089/92 69 67-250
Telefax 089/92 69 67-299
E-Mail: mnkbeer@t-online.de
Internet: www.brfv.de

Reiterfitness mit Isabelle von Lavergne

21.12.2023

Liebe Kader-Mitglieder,

als Vorbereitung für das neue Jahr möchten wir euch als Kadernmitglieder die Möglichkeit geben, mithilfe einer qualifizierten Fitnesstrainerin durch gezieltes Konditions- und Stabilitätstraining verbunden mit intensiven Stretching an der körperlichen Fitness zu arbeiten und den geschmeidigen Reitersitz zu fördern.

Als Trainerin konnten wir Isabelle von Lavergne, welche 21 Jahre Erfahrungen im Bereich Personaltraining und Group Fitness für diese Kurse mitbringt, gewinnen. Durch ihre Qualifikation in den Bereichen Kickbox Aerobic, Trainer C/B, Rücken A, Pilates usw. und als erfahrene Reiterin kann sie euch bestmöglich unterstützen.

Wann finden die Kurse statt?

Jeden Dienstag von 19.00-19.45 Uhr, erster Termin ist der 09.01.2024

Wo finden die Kurse statt?

Zoom über PC, Laptop oder Handy

Welche Kosten fallen an?

Die Kosten tragen der Bayerische Reit- und Fahrverband, sowie die Regionalverbände: Verband der Reit- und Fahrvereine Franken e.V., Pferdesportverband Niederbayern/Oberpfalz e.V., Verband der Reit- und Fahrvereine Schwaben e.V., Verband der Pferdesportvereine Oberbayern e.V. für euch.

Wie kommt man an den Link zum Training?

Dieser wird per Mail verschickt, sobald uns die Anmeldung vorliegt. Anmeldungen sendet ihr bitte an [Michaela Beer \(mnkbeer@t-online.de\)](mailto:Michaela.Beer@t-online.de).



Wir freuen uns auf eure Anmeldungen!

