



Der Trainingsraum ist nicht das Richtige für Sie?

Dann kommen Sie doch zu unserem

Theraband - Workshop

und nehmen Sie Ihre Übungsauswahl für jeden Ort mit!

Am **Donnerstag**, den **23.05.** um **18 Uhr**

Freuen Sie sich auf eine interessante Vorstellung der effizienten Übungsauswahl. In **60 Min** leiten wir Sie in verschiedenen Trainingspositionen an. Fitness für den gesamten Körper oder Problemzonen-Training, Sie entscheiden, welche der Übungen für Sie später zum Einsatz kommt.

Sie waren schon mal dabei? Erneute Korrektur und Ausbau / Änderung des Trainings können Sie weiterhin begeistern!

Sie benötigen bequeme Kleidung und gute Laune.

Für **15,-€ Teilnehmergebühr** nach Wunsch bewegen!

Melden Sie sich direkt an der Rezeption an!

Wir freuen uns auf Sie!

