Samstag, den 19	September 2020	um 18:52 Uhr
-----------------	----------------	--------------

Inmittan	dar Natui	r WARMIIP -	I FIGHTE WOR	KOLITS - C	$\cap \cap$		<b>ENTSPANNUNG</b>
11 11 11111111111111111	uei maiui	I WANIWI UF -		110013-0	UUL	DOWN -	ENTOFAMINUMG

Sanftes Ganzkörpertraining mit dem kleinsten Fitnesstudio der Welt. Lockerung und Mobilisierung der Wirbelsäulenmuskulatur mit dem Vibroswingsystem. Abrollen der verspannten Muskulatur. Effekt: Energieblockaden werden abgebaut.

JEWEILS MITTWOCH von 19.30 Uhr bis 20.30 Uhr Treffpunkt: Schretzheim, Sportplatz, Insel beim Tennisplatz

Wir trainieren größtenteils OUTDOOR mit FLUTLICHT auf der Insel beim Tennisplatz. Bei ganz schlechtem Wetter und Regen gehen wir in die Schretzheimer Turnhalle.

Voraussetzungen: Normale körperliche Belastbarkeit, Gute Laune und Spass an der Bewegung

Nähere Informationen im angehängten Flyer - und Anmeldung bei der Kursleiterin Bettina Hübner oder unter dem folgenden Link

https://app.kursifant.com/courses?mandantId=5f2d150bdf6ea3d40aba427c

>> Flyer <<