



FIT IN DEN TAG

mit Gerlinde Redl

(Dipl. Body-Vitaltrainerin)

... **Ganzkörpertraining** ...

... **schonen und aufbauend** ...

... **für Jedermann & Jederfrau** ...

FIT IN DEN TAG - Ein schonendes, leichtes und aufbauendes Ganzkörpertraining für Damen und Herren jeden Alters die Freude an Bewegung haben. Die Kursleiterin wird individuell auf die Wünsche und Anliegen der Kursteilnehmer/Innen eingehen.

Wann: jeweils Dienstag 9:00 Uhr - ab 22.09.2020

Wo: Bewegungsraum (im UG des Georgsaal)

Preis: € 70

für 10 Einheiten (je 50 min)

Anmeldung bitte bei Gerlinde Redl - 0676 / 51 79 535 (Anruf oder SMS/WhatsApp unter Angabe von Vor- und Nachnamen)