

INFOS & NEWS



Oktober 2025



News im Kursbereich ab Oktober:

ab 01. Okt. mittwochs 18.20 Uhr: **Stabile Mitte** (statt Bauch muss weg)

am 03. Okt. von 10 – 11.30 Uhr: **Line Dance** mit Ursula (bitte Anmeldung beim Service)

ab 06. Okt. montags 17.30 Uhr: **Cycling Basic** mit Moni Schall

ab 10. Okt. freitags 15.30 Uhr: **Functional Kurs** mit Marina

ab 20. Okt. montags 16.30 Uhr: **Beckenboden** mit Ursula (bitte Anmeldung b. Service)

LesMills Releases: CORE: Donnerstag, 09. Okt., 20.10 Uhr mit Sonja + Marina

BODYPUMP: Sonntag, 12. Okt. 11 Uhr mit Kathi + Marina

Freitag, 10.10.25, 18 Uhr:



Start letzter Ernährungs- und Abnehmkurs 2025 mit Marina

Melde Dich jetzt noch schnell an, wenn Du überflüssige Pfunde los und Deine Ernährung wieder auf die richtige Spur bringen möchtest 😊

- mit Krankenkassenunterstützung –

Infos und Anmeldung bei Deinem INJOY-Trainerteam!



So, 19.+ Mo, 20.10.25

Tage der Offenen Tür

Lade Deine Liebsten ein, Dein INJOY kennenzulernen. Wir freuen uns auf euren Besuch. Es gibt super Angebote für Neueinsteiger!!!

Massagezeiten Daniele:

Fr, 03.10.: 14.30 – 18.00 Uhr

Di, 07.10., Fr, 10.10., Mi, 15.10., Di, 21.10., Fr, 24.10.

jeweils von 17.30 bis 21.00 Uhr

Sa, 18.10.: 13.00 – 16.00 Uhr