

INFOS & NEWS

März 2025



Functional Kurse im März:

Montags + Freitags um 19.30 Uhr mit Daniela
Trag Dich in die Liste am Functional Turm ein

Kurs-Schnuppertag Samstag, 29.03.25, 11.30 - 15 Uhr

Halbstündige Kursangebote zum Kennenlernen und Ausprobieren
für Kurs-Neueinsteiger und Interessierte oder einfach zum Spaß haben 😊
keine Anmeldung erforderlich. 25 min Kurse:

- Wirbelsäulen-Gymnastik mit Daniela
- FIVE-Gym mit Brigitte
- Fit&Vital mit Ursula
- CORE mit Sonja
- Bauch-Beine-Po mit Nicole
- Step mit Nicole
- ZUMBA mit Brenda
- Faszien-YOGA mit Nadine

myfitness
Endlich fit,
bezahlt von deiner Krankenkasse!

8 Wochen
Coachings
Workouts



Gesund ist das Ergebnis von fit.

Der neue online-Präventionskurs – 8

Coachings – 8 Workouts pro Woche – zuhause
ganz flexibel durchführbar.

Informiere Dich jetzt bei Deinem Trainerteam und
hol Dir Deine jährliche Betreuungspauschale von
Deiner Krankenkasse zurück.

Massagezeiten Daniele:

Sa, 15. + 29.03.25: 13.30 – 17 Uhr

Mi, 12., 19., und 26.03. jeweils von 17.30 bis 21.00 Uhr

Terminreservierung bei Deinem Serviceteam

INJOY
HEALTH- AND FITNESSCLUBS