

News Mai 2024

Säure-Basen-Vortrag am Fr, 10.05.24, 18-19 Uhr

- Woher kommen Säuren und Schadstoffe?
- Wie wirken sich Ausscheidungen, Ablagerungen und Verschlackung aus?
- Wie hängen Krankheiten und Einschränkungen mit dem Säure-Basen-Haushalt zusammen?

Reserviere Dir Deinen Platz zum kostenlosen Vortrag mit Thomas.

Übung der Woche: KW20: DIPS

Dein INJOY-Team gibt Dir Tipps zur idealen Ausführung und Variationsmöglichkeiten. Videos gibt's auf Socialmedia...

Kursspecials an den Mai-Feiertagen

C.Himmelfahrt - 09. Mai: 10 Uhr: Functional Fitness mit Daniela

Pfingstsonntag - 19. Mai: 10 Uhr: Cycling mit Sonja

11 Uhr: BODYPUMP mit Sonja

Pfingstmontag - 20. Mai: 10 Uhr: Cycling mit Kathi

Fronleichnam - 30. Mai: 10 Uhr: Step Aerobic mit Nadine



An allen Mai-Feiertagen ist Dein INJOY von 9 – 18 Uhr für Dich geöffnet 😊



Neues von der Baustelle: die Bodenplatte wird in KW 19 erstellt, in **KW 20 bauen wir eine Staubschutzwand auf, die dann das Studio vom Anbau trennt. Das bedeutet, die Bänke an der Fenster/**

Spiegelwand werden umgestellt und es wird vorläufig etwas enger.

Voraussichtlich am SA, 18. Mai wird die Wand durchgesägt. An diesem Tag ist es also laut !

Wir danken Dir jetzt schon für Dein Verständnis und sind in Vorfreude auf das was entsteht 😊

Massagezeiten im Mai

Mi, 08.05.. 17.30 – 21.00 Uhr

Mi, 15.05., 17.30 – 21.00 Uhr

Sa, 18.05., 13.30 – 17.00 Uhr



Reservier Dir Dein Massage-Erlebnis bei Daniele.