



LOS GEHT'S - RAUS GEHT'S!

FRISCHLUFTRAINING - ZERTIFIZIERTE KRANKENKASSENKURSE

Rückenfit • Pilates • Yoga • Beckenbodentraining • Faszientraining

BITTE EIGENE MATTE MITBRINGEN!

MONTAG

Treffpunkt: Niddapark mit Julia Garbatscheck

18:30 - 19:30 Uhr / Sanfte Rückenfit **S1** / 18.5. - 13.7. / 8x / 96€

19:30 - 20:30 Uhr / Rückenfit-Powerworkout **S2** / 18.5. - 13.7. / 8x / 96€

Treffpunkt: Holzhauspark mit Martina Maier

19:00 - 20:00 Uhr / Pilates **S3** / 15.6 - 10.8. (kein Training am 27.7.) / 8x / 96€

20:00 - 21:00 Uhr / Pilates **S4** / 15.6 - 10.8. (kein Training am 27.7.) / 8x / 96€

Treffpunkt: Günthersburgpark mit Silke Kiener

19:00 - 20:15 Uhr / Hatha Yoga **S5** / 25.5. - 3.8. / 10x / 150,00€

DIENSTAG

Treffpunkt: Holzhauspark mit Martina Maier

11:00 - 12:00 Uhr / Pilates **S6** / 9.6 - 28.7. / 8x / 96€

Treffpunkt: Ginnheimer Garten 1 mit Konstanze Lücker

18:30 - 19:30 Uhr / Beckenboden spezial **S7** / 19.5.- 7.7. / 8x / 96€

19:30 - 20:30 Uhr / Rückenfit-Powerworkout **S8** / 19.5.- 7.7. / 8x / 96€

MITTWOCH

Treffpunkt: Ginnheimer Garten 2 mit Martina Maier

18:00 - 19:00 Uhr / Rückenfit **S9** / 20.5. - 8.7. / 8x / 96€

NACH
ANMELDUNG
ERFAHREN SIE
DIE GENAUE
TREFFPUNKT-
ADRESSE!

VERBINDLICHE ANMELDUNG ÜBER:
www.bewegungsimpulse.de / „KONTAKT“ MÖGLICH!
ODER ÜBER EMAIL: info@bewegungsimpulse.de

bitte wenden →

LOS GEHT'S – RAUS GEHT'S! / AN DER FRISCHEN LUFT

DONNERSTAG

Treffpunkt: Holzhausenpark mit Martin Witkowski
17:30 – 18:30 Uhr / Rückenfit **S10** / 28.5. - 23.7. / 8x / 96€
18:30 – 19:30 Uhr / Pilates **S11** / 28.5. - 23.7. / 8x / 96€

Treffpunkt: Niddapark mit Martina Maier
18:00 – 19:00 Uhr / WSG & Pilates **S12** / 28.5. - 23.7. / 8x / 96€
19:00 – 20:00 Uhr / Pilates **S13** / 28.5. - 23.7. / 8x / 96€

FREITAG

Treffpunkt: Hinterhof Holzhausenviertel mit Martina Maier
11:00 – 12:00 Uhr / Rücken & Balance **S14** / 12.6. - 7.8. (nicht am 31.7.) / 8x / 96€

Treffpunkt: Grünfläche in Hausen mit Martina Maier
18:00 – 19:00 Uhr / Pilates & Faszien **S15** / 12.6. - 7.8. (nicht am 31.7.) / 8x / 96€

SAMSTAG

Treffpunkt: Holzhausenpark mit Martina Maier
10:00 – 11:00 Uhr / Pilates **S16** / 13.6 - 1.8. / 8x / 96€

HINWEIS: BEI REGEN, STURM & HAGEL FÄLLT DAS TRAINING AUS.
SIE ERHALTEN EIN VIDEO VON UNS UND SIE TURNEN DIESE STUNDE ZUHAUSE ZU EINER BELIEBIGEN ZEIT.

VERBINDLICHE ANMELDUNG ÜBER:
www.bewegungsimpulse.de / „KONTAKT“ MÖGLICH!
ODER ÜBER EMAIL: info@bewegungsimpulse.de

TELEFON:

069 / 41 07 67 31 • 069 / 78 08 18 53

UNSERE BANKVERBINDUNG:

IBAN: DE44 5005 0201 0200 2894 11 • BIC: HELADEF1822

NACH
ANMELDUNG
ERFAHREN SIE
DIE GENAUE
TREFFPUNKT-
ADRESSE!