



Das etwas andere Training

Mit Fitness und Personaltrainerin

Regina Reinbacher

Alles was du brauchst um:

- ❖ Fit zu bleiben
- ❖ Muskulatur aufzubauen
- ❖ Rückenschmerzen vorzubeugen
- ❖ Deine Figur zu formen
- ❖ Einfach Spaß an der Bewegung zu haben
- ❖ Zu Entspannen und vom Alltag Abstand zu nehmen

Am Donnerstag den 14. Jänner 2016 geht's los!

**Starte mit uns ins neue Jahr von
19.00 bis 20.30
im kleinen Turnsaal der NMS Hitzendorf.**

Du brauchst:

- Eine Matte
- Etwas zu Trinken

**Der Kurs setzt sich aus 9 Einheiten (bis zu den Osterferien)
zu je 1 ½ Stunden zusammen. Der Kurspreis beträgt 55 €.
Schnupperstunden jeden Donnerstag bis 17.12.2015!!**

**Anmeldungen sind ab sofort unter der
Telefonnummer 0676/70 62 945 möglich**

Ich freue mich auf ein gemeinsames Training!