

**Monika ZENGERER**  
Diplom-Fitnesstrainerin (WIFI)  
BodyART-Instruktor  
deepWORK Instruktor  
Nordic-Walking-Trainerin  
Personal-Trainerin  
[www.FITisHIP.at](http://www.FITisHIP.at)  
mailto: [info@FITisHIP.at](mailto:info@FITisHIP.at)  
Tel: 0699/1278 4252



# deepWORK-Training in Rohrbach

Das Power-Training schlechthin.

Einzigartig, einfach, anstrengend, aber unglaublich effektiv.

**WO:** gr. Gemeindesaal des ehem. Gemeindehauses Rohrbach

**WANN:** ab Dienstag, 11. Oktober, 19.00 Uhr

**ZIEL:** Ausgezeichnet geeignet zum Aufbau von Kraft und Kondition bzw. zur Vorbeugung von Verletzungen für alle Mannschafts- als auch Einzelsportler (Fussballer, Volleyballer, Radfahrer, Läufer, etc.)

Perfekt für alle, die maximal Fett verbrennen und mit dem eigenen Körpergewicht trainieren wollen und als „Ausgleichsportart“

**Einstieg und Schnuppern jederzeit möglich!!**

**Anmeldung unter [www.info@FITisHIP.at](http://www.info@FITisHIP.at) oder Tel: 0699/1278 4252**

**Preis: 10 Einheiten um 80,-- Euro**

**Was sie brauchen: 1 Matte, Sportkleidung, Getränk und Wechsel-Shirt**