

# Summerspecial

## bodyART

**Die, 1.8.17, 19.00 Sportplatz Hitzendorf  
bei Regen Ersatztermin: Mi, 2.8.17, 19.00**

- ☯ funktionelles Ganzkörpertraining
  - ☯ Krafttraining
  - ☯ Faszientraining
  - ☯ Rücken-Spezial-Training

## deepWORK

**Die, 8.8.17, 19.00 Sportplatz Hitzendorf  
bei Regen Ersatztermin: Mi, 9.8.17, 19.00**

- ☯ Ausdauer- und Kraftaufbau
- ☯ maximale Fettverbrennung
- ☯ großer Funfaktor
- ☯ für jedes Leistungslevel

**Was sie brauchen: 1 Matte, Sportkleidung**

Zum Kennenlernen, Ausprobieren, Überbrücken der Sommerpause  
oder einfach nur so!!

Unkostenbeitrag pro Einheit: 5,- €

**Kontakt: Monika ZENGERER, 0699/1278 4252, [www.FITisHIP.at](http://www.FITisHIP.at)**