

DAS ORIGINAL
smovey

**HEALTH IN
YOUR
HANDS**



- 1 Aktiviert die Muskulatur = **Fettverbrennung**
- 2 Vitalisiert Körperzellen
- 3 Strafft das Bindegewebe
- 4 Mobilisiert das Verdauungssystem
- 5 Fördert den Stoffwechsel
- 6 Stimuliert das **Lymphsystem** = Zellreinigung
- 7 Stärkt das **Immunsystem**
- 8 Kräftigt das Herz-/Kreislaufsystem

FIT IN DEN FRÜHLING FOR MAN AND WOMAN 15.04. - 04.07.

smovey **GANZKÖRPERTRAINING**

Wir trainieren gezielt Bauch, Beine, Po, Rücken, Brust, Arme und Schultern. Durch den vibrierenden Effekt der smoveys wird in die Tiefenmuskulatur gearbeitet, gleichzeitig die Fettverbrennung angekurbelt und Verspannungen werden gelöst.

FATBURNER

Hier geht es um gezielte Fettverbrennung bei gleichzeitigem Muskelaufbau.

MOBILISATION & DEHUNG

Wir machen langsame Übungen um die Beweglichkeit zu verbessern und Verspannungen zu lösen.



10er Block Smovey € 125
10er Block Fatburner € 125
10er Block Mobilisation &
Dehnung € 85

Ab 2 gebuchten Kursen bekommst
du einen **Rabatt von € 10**

Es sind jeweils **12 Einheiten**,
damit du auch bei Verhinderung
die Möglichkeit hast 10 Mal zu
kommen

DIENSTAG	19:00 - 19:45 Smovey
Volksschule Schattwald	19:50 - 20:20 Mobilisation & Dehnung
MITTWOCH	09:00 - 09:45 Smovey
TVB Tannheim	
DONNERSTAG	18:00 - 18:45 Smovey
TVB Tannheim	19:00 - 19:45 Fatburner
	19:50 - 20:20 Mobilisation & Dehnung

ANMELDUNG
bei Tanja
0676 69 453 67

Gerne kannst du
auch **KOSTENLOS**
schnuppern