

SPORTPROGRAMM

07.01. - 26.03.

beweglich - aktiv - fit durch den Winter



PREISE (10er-Blöcke)

smovey Training: € 130

Fatburner: € 130

Mobilisation & Dehnung: € 90

👉 **Rabatt: Ab 2 gebuchten Kursen erhältst du € 10 Ermäßigung.**

Es finden jeweils 12 Einheiten statt, damit du auch bei Verhinderung die Möglichkeit hast, 10 Mal zu kommen.

smovey GANZKÖRPERTRAINING

Effektiv. Dynamisch. Ganzheitlich.

Kräftigt Bauch, Beine, Po, Rücken, Arme & Schultern. Die Vibration der smoveys aktiviert die Tiefenmuskulatur, steigert die Fettverbrennung und löst Verspannungen.

FATBURNER

Intensiv. Schweißtreibend. Aufbauend.

Gezielte Fettverbrennung kombiniert mit effektivem Muskelaufbau – ideal für alle, die Power und Tempo lieben.

MOBILISATION & DEHNUNG

Sanft. Beweglich. Entspannend.

Ruhige Übungen zur Verbesserung der Beweglichkeit, zum Lösen von Verspannungen und für ein besseres Körpergefühl.

MONTAG
(TVB TANNHEIM)

18.00 - 18.45 smovey Training
18:50 - 19:20 Mobilisation & Dehnung
19:30 - 20:15 Männer-Smovey

DIENSTAG
(VS SCHATTWALD)

19:00 - 19:45 smovey Training
19:50 - 20:20 Mobilisation & Dehnung

MITTWOCH
(TVB TANNHEIM)

09:00 - 09:45 smovey Training
09:50 - 10:20 Mobilisation & Dehnung

DONNERSTAG
(TVB TANNHEIM)

18:00 - 18:45 smovey Training
19:00 - 19:45 fatburner
19:50 - 20:20 Mobilisation & Dehnung



☎ **ANMELDUNG & KONTAKT**
bei Tanja
📞 0676 69 453 67

✦ **Kostenloses Schnuppern jederzeit möglich!**