



Claudia B. - Personal Trainerin

BOOTCAMPS IM JUNI UND JULI

Du möchtest richtig Gas geben und zeigen was in Dir steckt? Dann besuche unsere Bootcamps, die wir im Juni und Juli für Dich organisieren:

05. Juni, 10.00 Uhr

mit Kerstin & Claudia (Badmintonhalle)

17. Juli, 10.00 Uhr

mit Ben (Badmintonhalle)

Hochintensive Übungen aus dem Functional Training, eine Mischung aus Cardio- und Kraft-Elementen, werden DICH auf Hochtouren bringen. Unsere Trainer und die Gruppe pushen Dich an Dein Limit. Am Ende des intensiven Workouts wird noch ein Faszientraining mit der Black Roll Orange eingebaut.

Veranstaltungen/Specials

01.05.	Tag der Arbeit 10.00h Nordic Walking mit Ulli 10.00h Bodystyling mit Claudia 11.00h Cycling mit Claudia
05.05.	Christi Himmelfahrt 10.00h Nordic Walking mit Ulli 10.00h Bodyart Stretch mit Yvette 11.10h Deepwork mit Yvette
15.05.	Pfingstsonntag regulärer Kursbetrieb
16.05.	Pfingstmontag 10.00h 90 Min Zumba mit Yvonne ab 10 Uhr Brunch
26.05.	Fronleichnam 10.00h Nordic Walking mit Ulli 10.00h Functional Fit mit Bärbel 11.10h Cycling mit Bärbel

Kurse mit wechselnden Trainern

Indoor Cycling Sonntag 11 Uhr	
08.05.	Bärbel - 15.05. Bärbel
22.05.	Fabian - 29.05. Anshi

NEU IM MAI
freefii.de
free social wlan

Sobald die dafür bestellte Bandbreite bereit steht, bieten wir Dir einen kostenlosen W-LAN-Zugang im Aktivpark an.

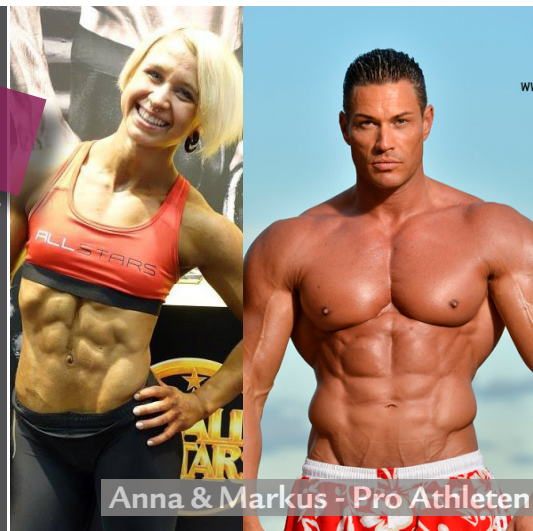
Trainier mit uns!

am 11. Mai 2016 ab 19.00 Uhr

Markus Schmid ist Deutscher Meister in der Klasse **mens physique**. Am Mittwoch den 11. Mai kommt er in den Aktivpark um mit Dir zu trainieren und Dir wichtige Tipps zu geben.

Die Plätze für das Athletentraining sind begrenzt, deswegen unbedingt am Service anmelden.

Mit dabei!
Anna Waldegger



Anna & Markus - Pro Athleten