

Nachbarschaftshilfegruppe
`Helfende Hände`
Tarrenz



Der Verein Helfende Hände lädt ein:

FIT durch den Winter

Ganzkörpertraining mit Physiotherapeutin Christina Reiter

Start:

**Montag, 06.02.23 von 18.30 - 19.30 Uhr
(10 Termine)**

Wo?

Turnsaal Volksschule Tarrenz

Für wen?

Für alle die sich und ihrem Körper etwas Gutes tun wollen—
keine Vorkenntnisse notwendig. Alle Altersklassen und
Fitnesslevels.

Mitzubringen:

Fitnessmatte, bequeme Kleidung, Getränk, Handtuch,
Motivation und gute Laune :-)

Energieausgleich: Abo für alle Einheiten € 140,-
Einzelstunde € 15,-

Ich freue mich auf eure Anmeldung unter:

0660 86 46 205 bzw. [christina.therapiewerk@gmail.com!](mailto:christina.therapiewerk@gmail.com)