



31. OKT. 2020 FITNESS DAY



**Sport erleben und Spaß
haben**

Workshop 1

9.30 - 10.45 Uhr Brasil - Cardio Workout

Workshop 2

11.00 - 12.15 Uhr Faszientraining

12.15 - 13.00 Uhr Pause mit kleiner Stärkung

Workshop 3

13.00 - 14.15 Uhr Pilates mit dem Redondo Ball

Workshop 4

14:30 - 15.45 Uhr Rückenfit & Stretching

Schaut einfach mal im Internet nach Gabi Fastner – es lohnt sich!!

**TRAINERIN:
GABRIELE FASTNER**

**STAATLICH GEPRÜFTE
GYMNASTIKLEHRERIN**

**FERNSEHAUFTRITTE BEI
TELEGYM
DOZENTIN AN EINER
SCHULE FÜR ANGEHENDE
GYMNASTIKLEHRER IN
MÜNCHEN**

ORT:

**DGH BEUREN
EGGENRIEDSTRASSE
88682 SALEM-BEUREN**

**KOSTEN JE WORKSHOP
10,00 €
TAGESKARTE MIT
ALLEN WORKSHOPS &
VERPFLEGUNG
35,00 €**

**ANMELDUNG
BIS 30. SEPTEMBER
2020**

**TUS BEUREN
Geschäftsstelle
07554/2101101
info@tusbeuren.de**

www.tusbeuren.de