

Mach mit beim

Koordinativen Ganzkörpertraining



Körperlich fitter werden



Fettverbrennung ankurbeln



Kreislauf in Schwung bringen



Lymphsystem und Tiefenmuskulatur aktivieren



Nacken-, Schulter- und Rückenprobleme lindern



Grünenstrasse 1, 3455 Grünen (vis-à-vis Hirschen)

Immer Dienstag 19.30 Uhr

**Leihsmoveys
GRATIS**



1. Schnupperstunde GRATIS



Individuelle Gruppentrainings



Einstieg jederzeit und für alle möglich, egal welcher Trainingsstand und jedes Alter

Anmeldung und Info bei Brigitte Leuenberger, 3455 Grünen

www.xund-coach.ch Tel. 034 422 88 00