



*Das energiereiche Bewegungstraining
für Jung und Alt*

**jeden Mittwoch von 19.00 bis 20.00
im Gemeindesaal St. Egyden**

(davor findet um 18 Uhr ein spezielles Faszientraining statt - bei Buchung beider
Kurse gibt es € 15,- Rabatt)

Start des Herbstkurses am 25. September 2019

Kosten für das Semester (12 Einheiten bis Ende Jänner 2020): € 120,-



Gesund, fit und vital mit smovey!

**Schwungvolles Ganzkörper-Training zu speziell
abgestimmter Musik mit Schwerpunkt**

Balance – Koordination – Straffung – Herz/Kreislauf – Entspannung

Leih-smoveys stehen für einen Unkostenbeitrag von € 1,- zur Verfügung!

Bitte lockere bequeme Kleidung und Freizeit- oder Sportschuhe tragen!



Anmeldung bei:

smoveyINSTRUCTOR

Michael Jahn 0650/5620201

m.jahn@entfaltungdesbewusstseins.com

oder direkt bei der Gemeinde

Ich freue mich auf Euch

