

**NEUER KURS - Effektives Ganzkörpertraining**  
**body mind soul**

mehr Vitalität, mehr Wohlbefinden

**10 x AROHA® & KAHA®**

Termine:

10.09.20  
17.09.20  
24.09.20  
01.10.20  
08.10.20  
15.10.20  
22.10.20  
29.10.20  
12.11.20  
19.11.20



Immer **Donnerstags von 17:30-18:30 Uhr**

In der Mehrzweckhalle in Speiden

Vereinsmitglieder des TSV Seeg-Hopferau-Eisenberg 30,-€  
Nichtmitglieder 40,-€

Ein Kurs, an dem jede(r) ohne Vorkenntnisse teilnehmen kann

- verbrennt viele Kalorien
- baut Stress ab
- macht Spaß
- stärkt das Herz- Kreislauf- System

Ich freue mich, auf Dich  
Tanja Dietze

Bei Fragen stehe ich gerne zu Verfügung unter 015774604216