

EINLADUNG

Die Reiselounge lädt ein zum **5. Ladys Day**

Diesmal wird es sportlich!

Wir sind zu Gast bei **Körperarbeit** Essen in der Witteringstr.18. Am 14.09.2011 um 15 Uhr geht es los!

Körperarbeit ist Anbieter für **Personal Training** und Ansprechpartner für alle Fragen rund um sportliche Fitness & effektives Training!

Unsere Referenten sind die beiden Dipl. Sportwissenschaftler Alexander Schischek & Tobias Zamhöfer!



Alexander Schischek/ Tobias Zamhöfer

Folgendes Programm erwartet uns bei einem Körperarbeit-Fitness-Cocktail:

- Vorstellung der Körperarbeit *Fitnessmethode*
- Kennenlernen innovativer *Trainingsgeräte* :

Galileo-Platte-Vibrationstraining



XCO Hanteln



Slingtraining



- Vorstellung unserer Personal Trainingsreise nach Mallorca(Paguera, Hotel Galatzo) 22.3.-29.3.2012

Wir freuen uns auf einen bewegten Nachmittag!

Bettina Krieg Reiselounge