

Du willst ... dich beim Sport wohler fühlen?

... Schmerzen entgegenwirken?

... einen Ausgleich zum Alltag finden?

... persönliche Ziele erreichen?

... sei dabei !!!

Mit Frühjahrsbeginn und schönem Wetter startet auch unser Training am Workout-Park.

Dein Nutzen

- Erhalte deine Kraft in jedem Alter
- Bereite dich auf gesunden Sport vor (als Basis für z.B. Radfahren, Wandern, Nordic Walking)
- Bleibe gesund und leistungsfähig in deinem Alltag
- Beuge Beschwerden am Bewegungsapparat aktiv vor
- Sport wirkt sich positiv auf die psychische Gesundheit aus

Ort & Zeit

Workout Park Nickelsdorf, jeden Freitag um 18:00 Uhr

Dein Trainer

Markus Wagner

Hauptberuflicher Krafttrainer bei Kieser (Gesundheitsorientiertes Krafttraining)

diplomierter Gesundheit-Fitness & Personal Trainer in A-Lizenz

Telefonnummer: 0699 - 172 699 80

E-Mail: markus.wagner92@gmx.at

Kosten

Monatsticket 30,-- EUR

Saisonticket (April – September) 160,-- EUR

Mit dieser Initiative in Kooperation mit Gesundes Dorf und der Gemeinde freuen wir uns auf euer Interesse!