

Open House · SA/SO 25.+26.04. · 10-17 Uhr 4 Studios · Fitness · Wellness · Physio · Beauty

4 Studios
Gewerbering 21
Edling
Verlosung
10 Preise
Jahresabo gewinnen
Benessere / Ladyfit
Wir freuen uns auf
zahlreiche Gäste

Hand in Hand aktiv für Dein gutes Körpergefühl



Wohlbefinden, Fitness, Gesundheit, Ernährung und Figur.

BENESSERE
FITNESS & WELLNESS



Ladyfit

Wohlfühl-Fitness für Frauen

Info: 08071-9208890
Web: ladyfit-edling.de

An beiden Tagen

10:00 bis 17:00 ganztägig Besichtigung der Trainingsräume und Lounges; Infos, Vorträge und Wohlfühlthemen im Ladyfit Studio und Benessere Fitness

Ganztägig stündliche Aufgüsse in der Blockhaus-Sauna

Besondere Specials für Mitglieder, deren Partner und Nichtmitglieder

Kinderprogramm

- Leinwandgestaltung mit unseren Jüngsten vom Benessere und Ladyfit
- Loops gestalten
- Coole Perlenarmbänder designen

Ebenfalls ganztägig geöffnet:

- Physio-Concept Manuel Eibl
- Nagel- und Wimpernstudio Tanja Kautz

Samstag, 25.04.

- 10:00 Herzlich willkommen
- 11.30 Vortrag „Der ANTI – JOJO – Effekt“ mit lebendiger grüner Nahrung
- 13.30 Auftritt Benessere Zumba Kids
- 14.00 Zumba – Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene
- 15.30 Body Pump
- 16.30 Vortrag „Der optimale Einstieg ins Training“

Sonntag, 26.04.

- 10:00 Herzlich willkommen
- 11:00 **Frühschoppen mit „der kloa Blasmusi“**
- 11.00 Body Balance
- 14.00 Piloxing

Information und Beratung zu allen Angeboten von Benessere und Ladyfit

Du wünschst Dir ...

Mehr Muskulatur
Mehr Rückengesundheit
Starken Herzkreislauf
Bessere Figur
Mehr Wohlbefinden

Komm an, trainier' und fühl Dich wohl

Infos: 08071-9036788
Web: benessere-fitness.de

Manuel Eibl
Physio-Concept
Therapie - Training - Prävention

08071-5264823
Gewerbering 21 83533 Edling
Öffnungszeiten:
MO, MI, FR: 08:00 bis 18:00 Uhr
DI, DO: 08:00 bis 20:00 Uhr
sowie nach Vereinbarung

Schöne Augenblicke

Nagel- und Wimpernstudio
Tanja Kautz

Termine nach Vereinbarung
01 63-1 83 22 95

Ladyfit - Terminvorschau April bis Juni:

- 13.04. Behandlungstipps für Cellulitis mit Uschi Maier
- 28.04. Vortrag Ernährungsberatung „Wichtige Vitamine“
- 19.05. Vortrag Ernährungsberatung „Mineralien“
- 27.04. bis 18.05. 4x montags von 20:00 bis 21:00 Uhr: Progressive Muskelentspannung nach Jacobson
- 15.06. „5-Minuten-MakeUp“ mit Uschi Maier

