

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

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

