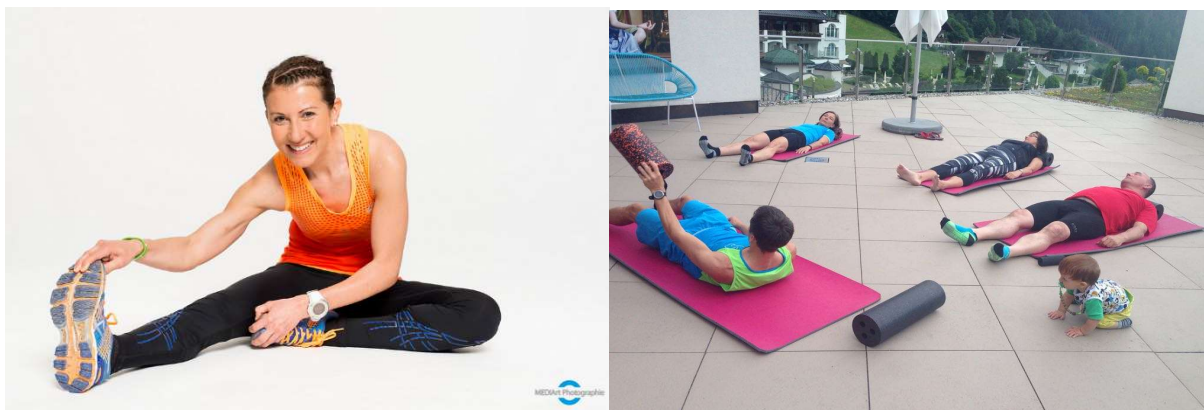


## NEU ab Oktober 2018: Kinesiofaszienpoweryoga und Athletiktraining für mehr Kraft, Energie, Beweglichkeit & Wohlbefinden



mit den Trainern **Sabine Reiner** (Fitness- und Gesundheitstrainerin - Athletik- und Ausdauertrainerin - ehemalige Leistungssportlerin) und **Stefan Hubert** (Diplomsportwissenschaftler - Naturheilpraktiker - ehemaliger Leistungssportler)

**Termine: ab 31. Oktober 2018 wöchentlich immer Mittwochs von 18.00 – 19.00**  
Starte fit in den Herbst mit Faszienpoweryoga und Athletiktraining.

### Inhalte

10 Einheiten mit verschiedensten Inhalten zu Yoga, Faszientraining, Kräftigung, Athletiktraining, Kraftzirkel, Koordinationstraining, Hotyoga, uvm. Lasst euch überraschen...

### Zielgruppe

Mitmachen können alle bewegungsbegeisterten Personen von jung bis alt, egal welches Fitnesslevel. Das Tempo bestimmt jeder selbst. Körperliches Wohlbefinden und Glückshormone sind garantiert.

### Inkludierte Leistungen

- 10 x 60 Minuten Einheiten
- Einheiten können auch einzeln gebucht werden
- Tipps und Tricks
- kleine Überraschung

**Preis:** 140 CHF, wenn ein Zehnerblock gekauft wird. Jede einzelne Einheit kann auch um 15 CHF besucht werden.

**Anmeldung** unter [laufenbewegt@sabinereiner.com](mailto:laufenbewegt@sabinereiner.com) oder [info@naturheilpraxis-hubert.com](mailto:info@naturheilpraxis-hubert.com)

**Veranstaltungsort:** Naturheilpraxis Hubert, Poststrasse 9, 9443 Widnau, SCHWEIZ