


# OUTDOOR TRAINING

- ⇒ GANZKÖRPERTRAINING MIT EIGENGEWICHT - UND **MUSIK!** 
  - ⇒ POWERMIX AUS: CARDIO, BBP, BODYSHAPING UND YOGA
  - ⇒ ca. 10 STATIONEN RUND UM DIE WÜMME
  - ⇒ ZWISCHEN DEN STATIONEN LOCKERES JOGGEN
  - ⇒ TREFFPUNKT: JACOBSWIESE
- DIENSTAGS 15.45 - 17.15 UHR

DAS WIRD  
**MEGA**

Ich freue mich auf  
Euch!  
★  
Tanja

It's FUN -  
Let's try!  
KOMM EINFACH  
VORBEI