



NEU ab April 2016

In der „Alten Sporthalle“ und auf dem Sportplatz,
Flensburger Str. 2c in Glücksburg



beastvibes

POWERTRAINING IM TEAM

Lass das **beast** in dir raus und besiege deinen inneren Schweinehund im Team.
beastvibes ist dein funktionelles Ganzkörpertraining in dem du in 60 Min. alles aus dir heraus holst. Jede Einheit ist anders, gemeinsam alles für sich und das Powerteam geben.

Nachdem wir das **beast** besiegt haben regenerieren wir uns
in den folgenden 20 Min. bei **relaxvibes**:
individuelles Arbeiten an unseren Defiziten unter Berücksichtigung
neuester Erkenntnisse der modernen Rückenschule und des regenerativem
Faszien Trainings stehen bei **relaxvibes** im Vordergrund.

ab 08.04.2016
jeden Freitag um 19 Uhr

**Jetzt anmelden zum kostenfreien Probettraining:
Tel. 01523 4039983**

Teilnehmerzahl: 10 Personen
Anmeldeschluss: 20. März 2015
**Kosten je 80 Min.: 5 € für Mitglieder
des TSV-Glücksburg
12 € für Externe**



Anmeldung und weitere Informationen bei:
Jan Kruse (01523 4039983)



Anmeldung und weitere Informationen bei:
Jan Kruse (01523 4039983)



Anmeldung und weitere Informationen bei:
Jan Kruse (01523 4039983)



Anmeldung und weitere Informationen bei:
Jan Kruse (01523 4039983)



Anmeldung und weitere Informationen bei:
Jan Kruse (01523 4039983)



Anmeldung und weitere Informationen bei:
Jan Kruse (01523 4039983)



Anmeldung und weitere Informationen bei:
Jan Kruse (01523 4039983)



Anmeldung und weitere Informationen bei:
Jan Kruse (01523 4039983)



NEU ab April 2016



beastvibes

POWERTRAINING IM TEAM

Lass das **beast** in dir raus und besiege deinen inneren Schweinehund im Team. **beastvibes** ist dein funktionelles Ganzkörpertraining in dem du in 60 Min. alles aus dir heraus holst. Jede Einheit ist anders, gemeinsam alles für sich und das Powerteam geben.

Nachdem wir das **beast** besiegt haben regenerieren wir uns in den folgenden 20 Min. bei **relaxvibes**:
individuelles Arbeiten an unseren Defiziten unter Berücksichtigung neuester Erkenntnisse der modernen Rückenschule und des regenerativem Faszien Trainings stehen bei **relaxvibes** im Vordergrund.

ab 08.04.2016
jeden Freitag um 19 Uhr
In der „Alten Sporthalle“ und auf dem Sportplatz,
Flensburger Str. 2c in Glücksburg

**Jetzt anmelden zum kostenfreien Probetraining:
Tel. 01523 4039983**

Teilnehmerzahl: 10 Personen
Anmeldeschluss: 20. März 2015
Kosten je 80 Min.: 5 € für Mitglieder
des TSV Glücksburg
12 € für Externe

fitvibes
PERSONALTRAINING

Anmeldung und weitere Informationen bei:
Jan Kruse (01523 4039983)

