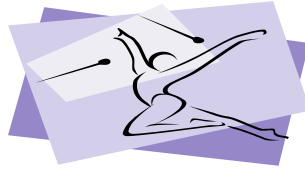


Nadine Leu  
dipl. Bewegungspädagogin  
Widmergasse 9  
8466 Trüllikon



052 319 12 33  
079 484 99 61  
nadine.leu@widmergaessler.ch

# Winterfit

Ihre Kondition, Koordination, Kraft und Beweglichkeit zu verbessern sind meine Ziele.

Von Kopf bis Fuss werden wir unsere Gelenke und Muskeln durchbewegen, mobilisieren, kräftigen und dehnen.

**Wann:** **Donnerstagabend und Freitagmorgen:**  
nach den Herbstferien 2022 bis Frühling 2023  
genaue Info ab September 2021

**Zeit:** Donnerstag **17.00- 18.00 und 18.30-19.30**  
Freitag **8.15-9.15**

**Wo:** Widmergässler Wybühni, Trüllikon

**Kosten:** Einzellektion: **SFr: 18.--**  
Lektion im Abo: **SFr.: 15.--**

Als Mitglied des Berufsverbandes für Gesundheit und Bewegung (BGB) bin ich bei einigen Krankenkassen anerkannt.

Gerne gebe ich ihnen weitere Auskünfte und würde mich freuen sie in meinen Stunden begrüßen zu dürfen.