

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: 27.10.2022 bis 20.4.2023**
oder

Freitagmorgen: 28.10.2022 bis 21.4.2023

(Während den Schulferien findet kein Winterfit statt.)

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

Wo: Widmergässler Wybühni, Trüllikon

Kosten: 9er Abo(Herbst-Weihnachten): **SFr. 135.--**
12er Abo (Januar-Frühlingsferien): **SFr. 180.--**
Einzellektion: **SFr. 18.--**

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

Anmeldung: bis 14.10.2022 bei Nadine Leu

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