



Unser Frühjahrsangebot 2024

Kurs	Kursdauer	Tag/Zeit	Ort	Ihre Trainerin
Body Workout 8 Einheiten Kosten 80,-	28.02.2024 bis 24.04.2024	mittwochs von 18.30 bis 19.30 h	Volksschule 8401 Kalsdorf, Hauptstraße 130	Kerstin

Kurs	Kursdauer	Tag/Zeit	Ort	Ihre Trainerin
BURNING IRON 8 Einheiten Kosten 80,-	28.02.2024 bis 24.04.2024	mittwochs von 19.30 bis 20.30 h	Volksschule 8401 Kalsdorf, Hauptstraße 130	Kerstin

- Wir bitten Euch, ca. **10 Minuten vor Kursbeginn** am Veranstaltungsort zu sein, damit **pünktlich** mit der Stunde begonnen werden kann. Außerdem schadet es Eurer Gesundheit, wenn man verspätet in den Kurs kommt und dadurch das (erforderliche) **Aufwärmprogramm** **versäumt!**
- **Bekleidung:** Turnhose, Leibchen, Turnschuhe (Gymnastikschuhe für den Hallenbereich – **KEINE Straßenschuhe!!!**) sowie ein Handtuch sind die optimale Ausrüstung.
- Weiterhin möchten wir euch unser **Jump-In** anbieten, d.h. bei Abwesenheit kann gerne eine Person eures Vertrauens den Kursplatz an diesem Tag einnehmen!
- Auf **Getränke** nicht vergessen!!!
Empfehlung: Apfelsaft mit Leitungswasser verdünnt oder isotonisches Getränk – keine Kohlensäure.

Weitere Informationen findet Ihr auch auf

www.onlyyou.at und auf

facebook

Änderungen vorbehalten!

Kerstin Bressnig und das Team von **ONLYYOU** wünschen Euch viel Spaß!

Mobil: 0650 75 35 778 Mo - Fr von 16.00 bis 20.00 h Email: info@onlyyou.at

ONLYYOU Bodyculture Kerstin Bressnig
Bankverbindung: BAWAG P.S.K., IBAN: AT10 1400 0861 1032 0592