

CIRCUIT- TRAINING

**fit sein – fit bleiben
fit durch den Winter**

1. gemeinsames Aufwärmen
2. Gruppen-Training an Geräten mit Musik (Circuit)
3. Cooling Down
 - persönliche Begleitung durch Physiotherapeuten

Dienstag 19.30 Uhr
ab 31. Okt. 2017 Dauer ca. 1 ½ Std.

4 Monate/16x für Fr. 400.—
mind. 5, max. 10 Teilnehmer

Anmeldung via Email oder Anmeldetalon

Anmeldeschluss 23.10.2017

Physiotherapie Embrach, Hardhofstrasse 17, 8424 Embrach

Tel. 044 865 71 91

info@physiotherapie-embrach.ch

www.physiotherapie-embrach.ch