

# Power Workout plus



**JEDEN MITTWOCH, 18.30 - 19.30 UHR**

**AUSDAUER · KRÄFTIGUNG · MUSKELAUFBAU · KONDITION**

Der **Gruppenkurs PLUS** bietet dir alles für nachhaltigen Erfolg: Wöchentliche Einheiten für Kraft, Ausdauer, Koordination und Stabilität sowie Stretching und Entspannung als Abschluss – mit zusätzlichen Vorteilen:

- maximal 8 Teilnehmer
- Trainingsmatten
- Handtuchservice
- Wasserflasche für jeden Teilnehmer
- moderner Trainingsraum (klimatisiert)
- umfangreiches Trainingsequipment
- Umkleiden mit Duschen
- gemütlicher Lounge-Bereich vor und nach dem Training
- kostenlose Parkmöglichkeit nach Verfügbarkeit

Ob Anfänger oder Daily-Sportler, wir trainieren gemeinsam, motivieren uns und haben Spaß. Im Fokus stehen langfristige Fortschritte, forderndes Training sowie Entspannung durch Stretching und Meditation. Ich begleite dich individuell auf deinem Weg – mit Extra-Features für noch mehr Erfolg.

**25 Euro pro Einheit (60 min) als Kursreihe**

30 Euro als Drop In

Standort: Römerstraße 16, Thaur, Gewerbegebiet

Einheiten finden  
mittwochs  
**Römerstraße 16  
Thaur**  
statt:

Termine bis Ostern:

1. **14. Jänner**
2. **21. Jänner**
3. **28. Jänner**
4. **25. Feber**
5. **4. März**
6. **11. März**
7. **18. März**
8. **25. März**
9. **1. April**

