

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**

