

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 vorhanden
- Handtuchservice
- Wasserflasche für jeden Teilnehmer
- moderner Trainingsraum (klimatisiert)
- umfangreiches Trainingsequipment
- Umkleiden mit Duschen
- 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

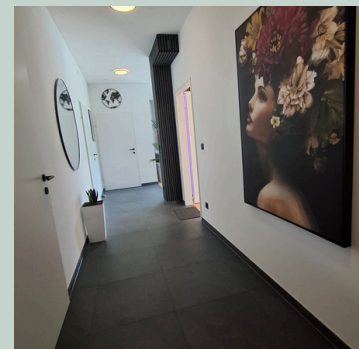
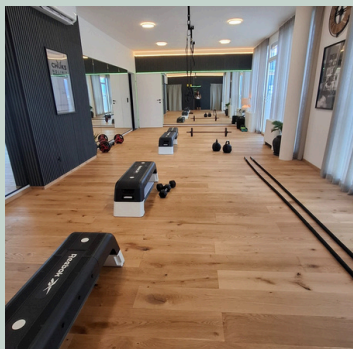
30 Euro als Drop In

Standort: Römerstraße 16, Thaur,
Gewerbegebiet

Einheiten finden
mittwochs
in Thaur statt:

1. **30.09.2026**
2. **07.10.2026**
3. **14.10.2026**
4. **21.10.2026**
5. **28.10.2026**
6. **04.11.2026**
7. **25.11.2026**
8. **02.12.2026**
9. **09.12.2026**
10. **16.12.2026**
11. **23.12.2026**

Infos & Anmeldung



www.innerglow-praxmarer.com