



STARKsein
MENTAL & KÖRPERLICH

«**Anti-Guezli-Training**»

Zu Jahresbeginn 2019 biete ich als «Neujahrs-Goodie» ein intensives und abwechslungsreiches Ganzkörpertraining an. Sie sind gerne eingeladen, Ihre Kraftausdauer und Athletik zu fördern. Zudem tragen funktionelle, effiziente Übungen zu einer straffen Figur bzw. zur Fettreduktion bei.

Donnerstag, 03. Januar / 19.00 – 20.00 Uhr / gratis
Grosser Kursraum im Eichli 9 in Stans
Anmeldung erforderlich; begrenzte Teilnehmerzahl



Karine Studer-Häcki

Bewegungs- und Mentalcoach

Mobile 078 637 87 10

info@starksein.ch | www.starksein.ch