

NEU NEU NEU NEU NEU NEU NEU NEU NEU NEU NEU NEU NEU

Ich glaub es geht schon wieder los?

Du hast den „Corona Blues“ satt, Du willst etwas für Dich tun, Gesund bleiben, Kondition, Ausdauer und Kraft aufbauen oder stärken aber nicht allein? Dann mach mit! Wir bieten Dir ein Training unter Anleitung an der frischen Luft und wir sind voll motiviert! Du auch?

Funktionelles Outdoor Training

Start am 22.04.2021

Wann: 10 x 60 Minuten/ Donnerstag 18.00-19.00 Uhr

Wo: an der frischen Luft (Parkanlage unweit des Rehazentrum)

Wieviel: Kurskosten: 150,00 € gesamt für 10 Termine

Warum:

- Training in einer festen Minigruppe (max. 5 Personen)
- fester Trainer
- Sport/ Training an der frischen Luft mit genügend Abstand
- Durchführungsgarantie unsererseits (Wetter)
- Geräte und Zubehör stellen wir kostenfrei zu Verfügung für den Kurs
- Ihr könnt direkt in Sportsachen zum Treffpunkt kommen/gehen
- Ihr müsst gesund sein (keine Vorerkrankungen wie Schlaganfall, Herzinfarkt oder Bluthochdruck)

Der Kurs findet unter Beachtung der aktuell gültigen Corona Schutzverordnung und Hygieneauflagen statt, bitte die Anweisungen des Trainers befolgen.

Melde Dich jetzt an unter Telefon: 0351-4778743 oder per Mail an m.morgenstern@reha-zentrum-dresden.de! Sei schnell unsere Plätze sind begrenzt!