

Präventiv-Medizinisches Training
auf und
mit dem Trampolin

Neuer Basic-KURS Winter 2019

- Datum:** Montag, 14. Jan. – 11. Feb.
19.00 – 20.00 Uhr
Dienstag, 15. Jan. – 12. Feb.
17.00 – 18.00 Uhr
- Ort:** Tennis- und Fitnesscenter, Fiesch
- Kosten:** 5 Lektionen à 60 Minuten Fr.180.-
- Kleidung:** Bequeme Kleidung, Badetuch,
Frotteesocken, Trinkflasche
- Leitung:** Jacqueline Jenelten
lizenzierte PMT-SwingWalking Trainerin®
- Anmeldung:** per Mail: info@eifachxund.ch
per Tel.: 027 923 41 24 oder 079 461 12 01
(max. Teilnehmerzahl: 7)
Versicherung ist Sache der Teilnehmer!
**Teilweise krankenkassenanerkannt über
Zusatzversicherung, muss vorgängig selbst
abgeklärt werden!**
- Weitere Angebote:** Privatlektionen
Senioren Kurse
Vereinsanlässe
Regelmässiges Training

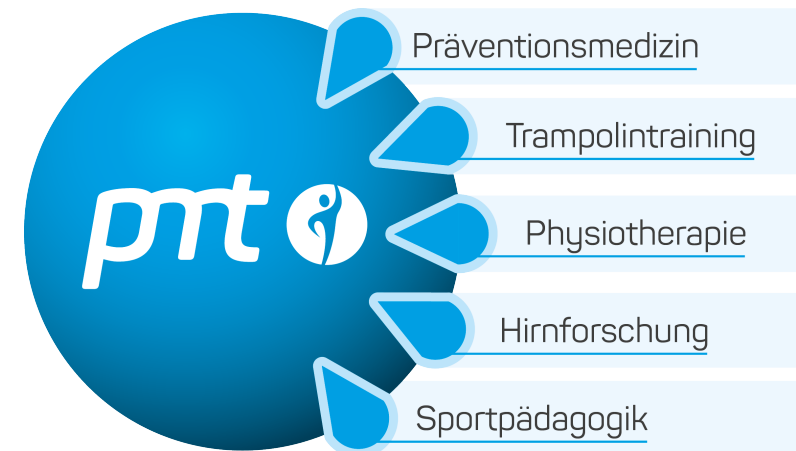
**PMT- SwingWalking - das Erfolgskonzept für
gesundheitswirksames Training**

www.swingwalking.com

**Für Einsteiger aller Alterskategorien,
Männer und Frauen**

Erleben Sie, wie **PMT- SwingWalking®** Ihren Alltag bereichert und Sie mit geringem Aufwand zu neuer Vitalität finden. Während 5 Lektionen werden Ihnen die Grundlagen für ein eigenständiges Training zu Hause vermittelt. Ebenso sind Sie danach eingeladen an einem regelmässigen wöchentlichen Training teilzunehmen.

**(Mit einem regelmässigen wöchentlichen
Training kann gestartet werden, sobald
genügend Teilnehmer vorhanden sind.)**



Gesundheit braucht Bewegung!

www.swingwalking.com