

smovey – Training für Körper – Geist – und Lebensenergie!



smoveyWORKOUT

NEUER KURSSTART!!

smovey – das ganzheitliche Trendsport- und Fitness-Tool für Deinen Bewegungsspaß. Durch die Vibration des Schwingringsystems trainierst Du bis in die Tiefenmuskulatur und aktivierst dabei den Lymphfluss und die Körperzellen. Mit gezielten Übungen formst und straffst Du Deinen Körper und unterstützt dadurch die Fettverbrennung und die Gewichtsabnahme. Durch die Schwingung können zusätzlich Verspannungen gelöst werden.

Erlebe das smoveyFEELING und trainiere mit mir:

... den ganzen Körper – egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene - für alle Altersgruppen geeignet. Wir trainieren zu fetziger Musik neben Ausdauer und Muskelaufbau auch die Beweglichkeit, Koordination und das Gleichgewicht sowie Übungen zur Entspannung.

- Kursstart:** Dienstag, 25. Oktober 2016 | 18:00 – 19:00 Uhr
- Ort:** Sporthalle Haus St. Marien Neumarkt (Haupteingang Badstraße 88 bei der Pforte)
- Kursgebühr:** 49,00 € (5er Block)
- Leihringe:** 2,00 € pro Training
- Bitte mitbringen:** Hallenschuhe, Sportbekleidung, Trinkflasche, Sportmatte

smoveys können auch käuflich bei mir erworben werden, Festpreis 99,90€



www.smove2smile.de

Infos und Anmeldung

Sandra Wittmann - smoveyCOACH

0151/14915169 sandra.wittmann10@gmx.de

 [swing.move.smile](https://www.facebook.com/swing.move.smile) – Sandra Wittmann