

News im März

Schnuppertraining im clever fit Rothenburg ob der Tauber

Erlbacher Straße 80, 91541 Rothenburg o.d.T

Am Dienstag, 05.03.2019:
19:30 – 20:30 Uhr: Pilates

Am Freitag, 08.03.2019:
17:00 - 18:00 Uhr: Intervalltraining mit Slides
18:00 - 19:00 Uhr: After-Work-Fitness (Fokus Bauch)
(ausgebucht)
19:00 - 20:00 Uhr: Pilates

Fastenzeit = Wohlfühlzeit

Ein Achtsamkeitskalender über 40 Tage startet am Mittwoch, 06.03.2019.

Schnuppertraining Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung

Physiotherapiepraxis Karin Horn, Ansbacher Str. 15C, 91541 Rothenburg ob der Tauber (Hansa Parkplatz)

Mittwoch 27.03.2019 von 18:00 – 19:00 Uhr Progressive Muskelentspannung
Mittwoch 27.03.2019 von 19:00 – 20:00 Uhr Autogenes Training

Bei allen Schnuppertraining bitte ich um vorherige Anmeldung.

+++ save the date +++

Pilates- und Entspannungsworkshop

am Samstag 17.08.2019 im Wildbad Rothenburg ob der Tauber
Frühbucherrabatt bis 31.03.2019: 99 € danach: 119 €

Weitere Infos und Anmeldung bei Anna-Lena Baumann (www.mentalja.de)



E-MAIL
info@mentalja.de



MOBIL
015254794144

