

# EFFEKTIVES GANZKÖRPERTRAINING IN DER NATUR - mit Spaßgarantie im Team

abwechslungsreiches Programm bestehend aus Ausdauer,  
Kraft- und Koordinationsübungen mit dem eigenen Körpergewicht

geeignet für Anfänger und Fortgeschrittene jeden Alters  
– für alle die Freude an der Bewegung haben

professionelle Anleitung  
durch erfahrene Trainer



# FIT IM PARK

## mit Therapie & Training

— jeden Freitag —

09.00 bis 09.45 Uhr

FRÜHJAHR bis  
HERBST

Treffpunkt: Spielplatz am Berliner Platz | Neuwiesenreben  
kostenlose Teilnahme | ohne Anmeldung

Bitte witterungsangepasste Kleidung mitbringen!

weitere Informationen: [www.therapieundtraining.eu](http://www.therapieundtraining.eu) | 07243 727668



Therapie & Training | Michael Auer

Praxis für Physiotherapie & Gesundheitsvorsorge

