

MOVE & FUN



DER GROUP-FITNESS-EVENT IM EUROFIT SAMSTAG, 24. SEPTEMBER 2016

Das eurofit lädt herzlich zum ersten Group-Fitness-Event «move&fun» ein! Von ruhigen, entspannenden Stunden wie Chi Yoga, tänzerischen Zumba-Lektionen, funktionellem TRX-Training bis hin zu intensiven Workouts wie Fitnessboxen und free cross ist für jeden etwas dabei.

Nicht verpassen: Sauna-Yoga-Premiere mit Mevi!

Um das Ganze stilvoll abzurunden, bietet unsere «move&fun»-Bar während den Pausen Erfrischungsgetränke und Verpflegung als Stärkung für die kommenden Stunden.

Die Kursteilnahme ist kostenlos. Informationen und Platzreservation am Empfang oder unter info@eurofit.ch.

DETAILS SIEHE RÜCKSEITE

eurofit

SAMSTAG, 24. SEPTEMBER 2016

10.00 – 11.00	Fintess-Boxen (Michi)
10.00 – 11.00	Cycling (Eva)
11.15 – 12.15	Zumba (Mervi, Eva ,Iveta, Silvia)
11.15 – 12.15	TRX (Manuela)
12.30 – 13.30	Chi Yoga (Anita)
12.30 – 13.30	free cross (Manuela)
14.00 – 14.30	Sauna-Yoga (Mervi)*
14.45 – 15.15	Sauna-Yoga (Mervi)*

Zwischen den Kursen gibt's jeweils eine 15-minütige Verschnaufspause.

* PREMIERE! Bitte mitnehmen: T-Shirt, kurze Hosen, ein grosses und ein kleines Handtuch, Getränk

eurofit

Das Fitness-, Sport- und Wellnesscenter.
Rheinweg 1 8200 Schaffhausen
Tel. 052 620 27 27 www.eurofit.ch