

KURSPLAN

WORKOUT mit Claudia

Claudia ist staatl. geprüfte Tanz - und Gymnastiklehrerin, ausgebildete Pilates-und Yogalehrerin und Dozentin für die BALLance- Methode. Sie arbeitet seit über 12 Jahren erfolgreich als Referentin für die Inline-Akademie und für das WINstitut. Auf vielen Kongressen begeistert sie als Presenterin. Ihr Wissen, ihre Erfahrung und Begeisterung überzeugen, stecken an und wirken Nachhaltig über den Urlaub hinaus. Sie lebt und liebt den Fluss der Bewegung.

Freue dich auf facettenreiche Stunden mit Claudia!

So. 18.07.	08:15 Uhr Rücken Fit	17:00 Uhr Functional Training
Mo. 19.07.	08:15 Uhr Smart Movement	11:00 Uhr Pilates
Di. 20.07.	17:00 Uhr Functional Training	17:30 Uhr Faszien Chill-Out
Mi. 21.07.	08:15 Uhr Smart Movement	11:00 Uhr Pilates
Do. 22.07.	17:00 Uhr Faszien Chill-Out	
Fr.: 23.07.	08:15 Uhr Smart Movement	17:00 Uhr Functional Training

Die Kurse finden als Kleingruppenttraining nach den aktuellen Hygieneauflagen statt, daher sind die Plätze begrenzt und wir bitten um vorzeitige Anmeldung.

18. bis 24.07.2021

GET READY IN ... 3 ... 2 ... 1 ... !

FITNESSWORKOUT MIT CLAUDIA

