

Fatburner Body-attack

..... auf geht`s, wir sagen dem Winter ade!

Dies ist unser neuestes Kursangebot und wir bieten hier ein besonders impulsives Trainingsprogramm. Die Übungen sind speziell auf die Erfordernisse des Tennis abgestimmt.

Mit viel Power wollen wir Kondition, Kraft und Ausdauer trainieren, immer mit dabei Musik und Spaß.

Ein Teilaspekt unseres Kurses wird auch das TRX-Training sein.

Der Kurs ist gleichermaßen gedacht für Frauen und Männer.

Das 30 min. Training wird 1 x in der Woche in unseren Partnervereinen stattfinden.

Die Termine werden individuell in den Partnervereinen festgelegt.

Was ist Fatburner-Training?

Fatburner-Training ist eine Trainingsmaßnahme, bei der gezielt Körperfett angegriffen und verbrannt werden soll.

Das Training setzt sich zum einen aus unterschiedlichen Cardioeinheiten zusammen. Zum anderen kann sich das Fatburner-Training aber auch im Kraftbereich wiederfinden. Es wird mit hoher Intensität und verhältnismäßig kurzen Pausen trainiert.

Probieren Sie es einfach mal aus und lassen Sie sich begeistern.

Kontaktinformationen:

**Tennis&life / Muzikant und Muzikant GbR
Im Heegholz 14 / 63517 Rodenbach
Phone: 0177-3141512 / Fax. 06184-952366**

**Email: info@tennisandlife.de
web: www.tennisandlife.eu**

Konditionen:

- Kursbeginn: wird in den Partnervereinen individuell festgelegt
- Trainingstag: s. Kursbeginn
- Trainingsumfang: 10 Wochen à 1/2 Std. wchtl.

Preis p. Person: 59,00 €

(bei einer Mindestteilnehmerzahl v. 4 Personen)



Anmeldeformular:

Name, Vorname:

Straße:

PLZ, Ort:

Tel.:

Mobil:

Mail:

Teilnahmegebühr bitte überweisen an:

Empfänger: Tennis&Life ; IBAN DE9250 6636 9900 0108 6014

Datum:

Unterschrift

(Hinweis Veröffentlichung von Bildern s. Rückseite)