



## FIT MIT WENIG ZEITAUFWAND

### 8 Trainings à 30 Minuten



Da der erste Kurs komplett ausgebucht ist und bereits die Nachfrage für einen weiteren Kurs besteht, bin ich gerne erneut dabei 😊.

Mit wenig Zeitaufwand, etwas Biss und einem gezielten Training, wirst Du innerhalb von 8 Wochen etwas bewegen können. Lass Dich überraschen!

In einer kleinen Gruppe von max. 8 Personen unterstütze ich Dich bei Deinem persönlichen Ziel.

**Start/Ende:** Dienstag, 07.02.17 – Dienstag, 28.03.17

**Wann/Zeit:** Jeden Dienstag um 19 Uhr

**Dauer:** Jeweils eine halbe Stunde

**Wo:** Auerstrasse 43, 9435 Heerbrugg

**Kosten:** Fr. 120.--

**Mitnehmen:** Eine Matte und saubere Turnschuhe

Interessiert? Dann melde Dich gleich an unter [j.dudler@jadu-coaching.ch](mailto:j.dudler@jadu-coaching.ch) oder 079 229 21 32.

Die Anmeldung gilt erst als definitiv mit der Überweisung von Fr. 120.-- auf die Liechtensteinische Landesbank, 9490 Vaduz, IBAN LI79 0880 0550 0016 1200 1.

Für weitere Fragen stehe ich gerne zur Verfügung.

Sportliche Grüsse  
Jacqueline

