



Fitness - Angebot

Birgit Binder
Personal Fitness Trainerin
Medizinprodukte Beraterin
Helmuth-Bächle-Straße 33
72135 Dettenhausen
Mobil 0170 3001251
birgit@fittowin.de
www.fittowin.de

Fitness-Mix/Pilates – Online per Zoom/Outdoor

ein funktionelles Ganzkörpertraining in der Gruppe, das Kraft, Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit fördert. Zu jeder Zeit einsteigen und mitmachen.

Montags	19.00 - 20.00 Uhr Outdoor ab Fit to Win Lounge DHN
Dienstags	9.30 - 10.30 Uhr Pilates funktional online
Mittwochs	19.00 - 19.30 Uhr „kurz&knackig“ Fit funkt.online
Freitags	9.30 - 10.30 Uhr Outdoor ab TCW Weil i. S.
Samstags	9.30 - 10.30 Uhr Topfit funktional online

5 – er Karte => 55,- €; 10 – er Karte => 100,- €

NEU - NEU - NEU - NEU - NEU – NEU - NEU – NEU - NEU – NEU

15,- €/Std. Video der aktuellen online Stunden für 1 Woche (Zoom)

10,- € Video „kurz&knackig“ für 1 Woche (Zoom)

Personal Fitness Training

in der Fit to Win - Lounge Dettenhausen, individuelle Termin- und Ortsabsprache

70,- €/Std.; 650,- €/10-er Karte

60,- €/Std.; ZOOM online 550,- €/10-er Karte

NEU - NEU - NEU - NEU - NEU – NEU - NEU – NEU - NEU – NEU

70,- € Individuelles Video für 4 Wochen (Zoom)

Incl. Anamnese und Einführung, persönlich
abgestimmt auf Ziele und Leistungslevel