



Einladung zum 2.Tag der offenen Tür am 13.Januar 2018 von 10:00 bis 17:00 Uhr Lady Vitalis - Was Frauen bewegt

Unser Programm

Große Neukundenaktion !!
13 Monate trainieren mit einer
12monatigen Mitgliedschaft

10:00 bis 15:00 Uhr: Mitmach-Aktion – Dein individueller Beweglichkeit-Pass (Dauer ca. 15 Minuten) incl. Teilnahme an einer Verlosung mit attraktiven Preisen

10:00 Uhr: Vortrag = 5 Brücken für einen gesunden Rücken, das Beste für meinen Rücken

10:00 bis 13:00 Uhr: Indoor-Cycling-Challenge, von den Basics bis zum Endspurt - hier zählst nur Du

11:00 Uhr: Mitmach-Aktion – Die Bedeutung der Faszien – Faszienzirkel ausprobieren

11:00 Uhr: Mitmach-Aktion - Jumping-Fitness, Power-Fitness und Spaß auf dem Mini-Trampolin

12:00 Uhr: Vortrag = Easy-Vitalis – Mehr als nur Kalorien zählen zum Abnehmen ohne Jo-Jo-Effekt

13.15 Uhr: Mitmach-Aktion - Jumping-Fitness, Fitness und Spaß für Einsteiger auf dem Mini-Trampolin

14.30 Uhr: Mitmach-Aktion - eine kleine Entspannungseinheit mit Aerial-Tuch-Yoga

16:00 Uhr: Auslosung der Gewinne unter den Teilnehmerinnen des Beweglichkeit-Passes

Zu gewinnen gibt es:

1. Wellnesswochenende für 1 Person im Waldhotel (09/2018) im Wert von 320,00 Euro
2. Eine Mitgliedschaft über 3 Monate bei Lady Vitalis im Wert von 150,00 Euro (Option: Silber)
3. Mein 8 Wochen Beckenbodentraining im Wert von 79,00 Euro
4. bis 9 = Diverse Kosmetikgutscheine

17:00 Uhr: Ausklang der Veranstaltung

Stand 1.1.18: Wir behalten uns vor, das Programm ggf. zu ändern. Melden Sie sich am besten gleich telefonisch oder persönlich im Studio an. Lernen Sie so unser Zentrum für Frauenfitness & Frauengesundheit und unser Team unverbindlich kennen.

Wir freuen uns auf Sie - das Team von Lady Vitalis



Lady Vitalis – Was Frauen bewegt

Zentrum für Frauenfitness & Frauengesundheit - Stormstraße 5, 42549 Velbert

Telefon: 02051 63346 | email: willkommen@ladyvitalis.fitness | Internet: www.ladyvitalis.de