

BodyFit

Dein Fitness-Workout für mehr Energie und Kraft

**Sag Adieu zu steifen Gliedern und Schmerzen und
bringe Deinen Körper in Top-Form!
Schweißtreibendes Fitness-Training, funktionelle
Kraftübungen, jede Menge Spaß und nette
Menschen warten auf Dich! Für mehr Energie,
Beweglichkeit und eine stabile Mitte!
Auch für Einsteiger und als Aufbautraining nach
der Rückbildung geeignet!**



**Start: 29.11.2025 - 10 Termine
wann: Samstags 10 bis 11 Uhr
(einige Termine sonntags)
wo: Kita St. Engelbert in Riehl
wieviel: 40 Euro**

**In Kooperation mit dem
katholischen Familienzentrum**



Nikola Rotscheroth
WhatsApp-Kontakt



Lust bekommen? Dann melde Dich bei mir:

**Nikola Rotscheroth
www.fitundgesundmitnikola.de
0151-20753007
fitundgesundmitnikola@gmail.com**