

## KURSPLAN gültig ab 07.05.2018

MONTAG

8:00 Uhr Antara Classic
17:30 Uhr Gesunder Rücken
19:00 Uhr Body Toning

DIENSTAG

16:30 Uhr Gesunder Rücken
18:30 Uhr Antara Classic

MITTWOCH

9:30 Uhr Antara Classic
17:00 Uhr Antara Classic

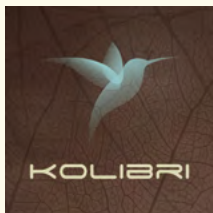
DONNERSTAG

10:00 Uhr Gesunder Rücken
17:30 Uhr Gesunder Rücken
19:00 Uhr Antara Classic

FREITAG

8:30 Uhr Body Toning
14:00 Uhr Gesunder Rücken

*Intelligente Bewegung.*



*Intelligente Bewegung.*

## Informationen und Preise

### PREISE

ANTARA® Session 70 Minuten:

1 Session: 24,00 €  
Karte für 8 Sessions: 168,00 €  
Karte für 16 Sessions: 299,00 €

ANTARA®

Personal Training 1:1 70 Minuten:

1 Session: 90,00 €

Effizientes und intelligentes Bewegungstraining in exklusivem Ambiente!

Preise verstehen sich pro Person und Trainingseinheit. Kursdauer 70 min.

Kleine Gruppen (max. 8 TN)

Matten und Trainingshandtücher sind vorhanden, Tee und Wasser stellen wir kostenlos zur Verfügung.

Alle Kurse bitte mit Anmeldung bei KOLIBRI Intelligente Bewegung.

### ANMELDUNG UND INFORMATION

Die genaue Kursbeschreibung finden Sie unter [www.kolibri-bewegung.de](http://www.kolibri-bewegung.de)

Lernen Sie Boutique Fitness kennen und kontaktieren Sie uns für ein Probetraining! In alle Kurse können Sie jederzeit einsteigen.

### ANTARA® PERSONAL TRAINING

Gönnen Sie sich eine Privatstunde (1:1) und erfahren Sie den „Zauber“ dieses Bewegungskonzeptes - auch als Einstieg in das offene Kursprogramm und zum Kennenlernen!

Diese Privatstunde wird ganz individuell Ihren Bedürfnissen angepasst: Wir besprechen Ihre Ziele, ermitteln Ihren „Ist-Zustand“, und erarbeiten eine aufrechte, anatomisch neutrale Körperhaltung. Durch präzise Anweisungen und ständige Kontrolle wird sich Ihre Bewegungsqualität und Kraft schon in kürzester Zeit verbessern.

**ANTARA® PERSONAL TRAINING:**  
Vereinbaren Sie jetzt Ihren Wunschtermin!  
Ich freue mich auf Sie, Ihre Christina Kohlberger

**KOLIBRI Intelligente Bewegung**  
Traunerstraße 1 83278 Traunstein

**Telefon: 0861 90 99 47 83**  
facebook: kolibri.bewegung

**info@kolibri-bewegung.de**  
[www.kolibri-bewegung.de](http://www.kolibri-bewegung.de)