



OsteoFIT

HAMBURG

FITNESS KURSE



GRUPPENTRAINING

Donnerstags, 18.30 Uhr (60 min)

Starte dein Training im neuen Jahr!
Kleingruppentaining im
Fitnessbereich des Park-Hotels
Hagenbeck.

Ab dem 16. Januar 2025 bietet unser
neues **Animal Flow & Strenght** ein
abwechslungsreiches
Ganzkörpertraining für alle
Fitnesslevels.

Anmeldung 📞 0151 110 78 265



OsteoFIT-Hamburg

📍 Hagenbeckstraße 150, Park-Hotel Hagenbeck, 5. OG

🌐 www.fit-fiter-nadja.de

Was erwartet dich?

- Ein dynamisches Training, das Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit fördert
 - Kleine Gruppen für eine individuelle Betreuung
- Professionelle Anleitung durch eine qualifizierte Trainerin

Details:

- **Ort:** Fitnessbereich im 5. Stock, Park-Hotel Hagenbeck
- **Adresse:** Hagenbeckstraße 150, 22527 Hamburg
- **Kosten:** 10 Euro pro Einheit, 10er-Karte mit 10 % Rabatt
- **Zahlung:** Bar vor Ort oder per Paylink (Details folgen)
- **Anmeldung** oder **Stornierung:** Bis spätestens 17:30 Uhr am Trainingstag unter: 📞 0151 110 78 265 (Messenger)

Bitte mitbringen:

- Sportkleidung, Handtuch, Trinkflasche, (optional) eigene Matte

Zusatzinformationen:

- Umkleidemöglichkeiten sind vor Ort vorhanden
- Parkmöglichkeiten in der hoteleigenen Tiefgarage (3 Euro/Stunde)

Deine Vorteile:

- Viel Spaß und persönliche Betreuung in kleinen Gruppen
- Übungen, die optimal auf dein Fitnesslevel abgestimmt sind
- Ein abwechslungsreiches Training in exklusiver Atmosphäre

Ich freue mich auf deine Teilnahme!

Nadja Jänisch