

# Personal Training

In Bad Vöslau/Umgebung  
Im Fitnesscenter, Outdoor  
Hausbesuche



Stefanie Mann-Kolber  
Mobil +43 660 4899868  
Email: [training@ichmussgarnix.com](mailto:training@ichmussgarnix.com)



Foto by [www.fotomitterer.at](http://www.fotomitterer.at)

## **\*Zirkeltraining\***

laufende Gruppe

jeden Montag 18:30 bis 19:30 in Sooß/Turnhalle der VS

Intensives Intervalltraining

Keine Vorkenntnisse notwendig

Stationenbetrieb, für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet

Bitte Trinkflasche, kleines Handtuch und Hallenschuhe mitnehmen

Schnupperstunde kostenfrei, Einstieg jederzeit möglich

einzelne Stunden(volle 60 Minuten) um 11 Euro, im 10er Block 100 Euro/10 Euro

*Unter den Trainings ein "Alleskönner" ... eine feine Mischung aus Kräftigung, Koordination, Stabilisation und Beweglichkeit, die sich auch auf eure Ausdauer positiv auswirkt.*

**\*JETZT NEU IN SOOSS\***