



Beweglichkeit mentale Stärke

**Kraft
Stabilität**

**Ausdauer
Achtsamkeit**

Sommerfit

Trainingsform:

Trainingsziel:

Trainingsort:

Trainingszeit:

Honorar:

Trainingsstart:

Trainingsleitung:

Jetzt erst recht

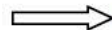
in Gruppen (ab 3 Personen) oder Einzeln

Kraft – Stabilität – Ausdauer - Spass

mb Trainingsraum

Sonnenstrasse 4a
9200 Gossau

Gruppe



Donnerstag, 19:45-20:45

Einzeln



nach Abmachung

Gruppe



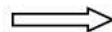
abhängig von Gruppengrösse
ab 3 Personen Fr. 20.—/Stunde

Einzeln



ab Fr. 115.—/Stunde
je nach Abo-Angebot

ab 2 Personen
(max. 4 Personen)



ab 125.— /Stunde

ab 27. Juni 2019

Selina Meier Personaltrainer/ Ernährungscoach
selina_meier@outlook.com
079/ 852 69 52