



Ab  
September  
2021

# Fit und Gesund

Trainingsgruppen für  
Anfänger und Fortgeschrittene

**St**  
Stiftung **Elisabeth**

Martinsbrunn

**Park  
Clinic**

# Das Wochenprogramm für Ihr Wohlbefinden:



## **Funktionelle Fitness EASY**

Mo 18.00 – 19.00 Uhr mit Peter Morandell  
Di 9.00 – 10.00 Uhr mit Thomas Januth  
Di 18.00 – 19.00 Uhr mit Giulia Osti  
Do 17.00 – 18.00 Uhr mit Daniela Pixner



## **Funktionelle Fitness ADVANCED**

Mo 19.05 – 20.05 Uhr mit Peter Morandell  
Di 19.05 – 20.05 Uhr mit Giulia Osti  
Do 19.05 – 20.05 Uhr mit Daniela Pixner



## **RückenFit**

Do 18.00 – 19.00 Uhr mit Daniela Pixner  
(inkl. 3 Einheiten Physiotherapie)



## **Lunch Fitness**

Di 12.30 – 13.30 Uhr mit Evi Kerschbaumer



## **Frauen Power**

Di 14.30 – 15.30 Uhr mit Evi Kerschbaumer



## **Rundum Gsund**

Frühjahr 2022



## **KnochenFit**

Frühjahr 2022



## **Infos & Vormerkung:**

T 0473 205 600

[info@parkclinic.it](mailto:info@parkclinic.it)