



deepWORK®

Ein Workout aus fünf Elementen voller Energie

deepWORK® ist athletisch, einfach, anstrengend, einzigartig und doch ganz anders als alle bekannten Programme. deepWORK® unterliegt dem Gesetz von Yin und Yang und vereint die geistigen und körperlichen Gegensätze eines funktionellen Trainings.

deepWORK® ist

- 100% Fettverbrennung
- körperliches und mentales Training und das Entdecken innerer Stärke
- das Kennenlernen persönlicher Grenzen
- die Begegnung mit Emotionen

Kursbeginn:	Freitag, 20.09.2019
Kurstage:	Freitags, 19.00 Uhr Æ 20.00 Uhr Sporthalle Südstadtschule
Leitung:	Lucia Merz (deepWork® Trainerin)
Preis:	57.- Ö/ Kurs, 10 Termine 19.- Ö/ Kurs, 10 Termine (für Mitglieder des Turnverein Villingen)
Anmeldung:	Geschäftsstelle TV Villingen (07721/26408) oder per Mail info@tvvillingen.de