



175 Jahre 1848 - 2023
in Bewegung

deepWORK® "Good Morning"

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

Beginn Kurs 1: Mittwoch, 11.01.2023

Beginn Kurs 2: Mittwoch, 19.04.2023

**Kurstage: Mittwochs, 09.30 Uhr – 10.30 Uhr
Tanzschule Seidel, Vorderer Eckweg 26**

Leitung: Lucia Merz (deepWork® Trainerin)

**Preis: 70.- € / Kurs, 10 Termine
25.- € / Kurs, 10 Termine
(für Mitglieder des Turnverein Villingen)**

**Anmeldung: Geschäftsstelle TV Villingen (07721/26408) oder
per Mail info@tvvillingen.de**

In Kooperation mit:

