



175 Jahre <sup>1848 - 2023</sup>  
*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
- 

**Kursbeginn: Mittwoch, 20.09.2023**

**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: Online unter [www.tvvillingen.de](http://www.tvvillingen.de) oder in  
Ausnahmefällen telefonisch unter 07721/26408**

#### In Kooperation mit:

