



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, 18.09.2024
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 oder in Ausnahmefällen telefonisch unter 07721/26408