



## 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

---

**Beginn Kurs 1: Donnerstag, 16.01.2025**

**Beginn Kurs 2: Donnerstag, 08.05.2025**

**Kurstage: Donnerstags, 18.30 Uhr – 19.30 Uhr  
easyFit, Niederwiesenstraße 36**

**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**