



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, 08.01.2026**

Beginn Kurs 2: **Donnerstag, 23.04.2026**

Kurstage: **Donnerstags, 18.30 Uhr – 19.30 Uhr**
Sporthalle Haslachschule

Leitung: **Lucia Merz (deepWork® Trainerin)**

Preis: **80.- € / Kurs, 10 Termine**
30.- € / Kurs, 10 Termine
(für Mitglieder des Turnverein Villingen)

Anmeldung: **Online unter www.tvvillingen.de oder in
Ausnahmefällen telefonisch unter 07721/26408**