

Der etwas andere Outdoor-Kurs!

www.rhein-in-form.de

Gesetzliche
Krankenkassen
erstatten bis
zu 100%

SPECK&RUN - RUN an den SPECK! von Ines Speck

Donnerstag

Rhein
(Vapiano/
Malakoff-
Terrass

31.01.19 – 28.03.19 19:30-20:30 Uhr

„Die Einsteiger 2 + Die Fortgeschrittenen“

trainieren gemeinsam. 10 Min. Joggingeinheiten in langsamen und moderatem Tempo wechseln sich mit Kräftigungsübungen ab – ohne Geräte!
Schwitzen und Lachen erlaubt!

8 Wochen: 129,-€ / 89,-€*

Gesetzliche KK erstatten mind. 75€ der Kursgebühr. Bis zu 100% sind möglich.

89,-€*, falls Ihre KK nicht bezuschusst