

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

Dienstag

Ringpark
(Ottostr. 5)

31.07.18 - 18.09.18
02.10.18 - 20.11.18

19:00 – 20:00 Uhr

8 Wochen: 129,-€ / 89,-€*

„Die Einsteiger 2“:

10 Min. langsame Joggingeinheiten wechseln sich mit Kräftigungsübungen für Beine, Arme sowie die Rumpfmuskulatur ab – ohne Geräte!
Schwitzen und Lachen erlaubt!

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

89,-€*, falls Deine KK nicht bezuschusst

Kontakt:

rhein-in-form / Ines Speck

Dipl. Sportwissenschaftlerin

Beraterin für betriebliches Gesundheitsmanagement

Tel.: 01774659419

Tel.: 0221- 99758346

info@rhein-in-form.de

www.rhein-in-form.de