



Bewegt  
ins  
neue  
Jahr

## PowerYoga / Pilates – mehr als einfach nur Sport: Training mit Spassfaktor!

Starten Sie bewegt ins neue Jahr. PowerYoga und Pilates sind ein effizientes Training, das Beweglichkeit und Ausdauer fördert, die Durchblutung verbessert und zu einem schlanken und kräftigen Muskelbau führt!

Dieses neue Training eignet sich für alle, die etwas für ihren Körper tun möchten oder eine ganzheitliche Ergänzung zu einer anderen Sportart suchen.



Der Sportverein Satus Trimbach bietet erneut ab dem 13. Januar 2010 PowerYoga und Pilates unter der kompetenten Leitung einer erfahrenen Instruktorin an. Gutschein für Gratis-Trainings auf der Rückseite!



Bewegt  
ins  
neue  
Jahr

## PowerYoga / Pilates – mehr als einfach nur Sport: Training mit Spassfaktor!

Starten Sie bewegt ins neue Jahr. PowerYoga und Pilates sind ein effizientes Training, das Beweglichkeit und Ausdauer fördert, die Durchblutung verbessert und zu einem schlanken und kräftigen Muskelbau führt!

Dieses neue Training eignet sich für alle, die etwas für ihren Körper tun möchten oder eine ganzheitliche Ergänzung zu einer anderen Sportart suchen.



Der Sportverein Satus Trimbach bietet erneut ab dem 13. Januar 2010 PowerYoga und Pilates unter der kompetenten Leitung einer erfahrenen Instruktorin an. Gutschein für Gratis-Trainings auf der Rückseite!



Bewegt  
ins  
neue  
Jahr

## PowerYoga / Pilates – mehr als einfach nur Sport: Training mit Spassfaktor!

Starten Sie bewegt ins neue Jahr. PowerYoga und Pilates sind ein effizientes Training, das Beweglichkeit und Ausdauer fördert, die Durchblutung verbessert und zu einem schlanken und kräftigen Muskelbau führt!

Dieses neue Training eignet sich für alle, die etwas für ihren Körper tun möchten oder eine ganzheitliche Ergänzung zu einer anderen Sportart suchen.



Der Sportverein Satus Trimbach bietet erneut ab dem 13. Januar 2010 PowerYoga und Pilates unter der kompetenten Leitung einer erfahrenen Instruktorin an. Gutschein für Gratis-Trainings auf der Rückseite!

# Gutschein für 2 Probetrainings PowerYoga/Pilates

## Wann und wo?

- Trainings jeden zweiten Mittwoch
- Einstieg jederzeit möglich
- Jeweils von 19 bis 19.55 Uhr
- Sporthalle Leinfeldschulhaus Trimbach
- Keine Anmeldung erforderlich

## Trainingsdaten 2010:

13. und 27. Januar	18. August
17. Februar	1., 15. und 29. September
3., 17. und 31. März	3. und 10. November
5. und 19. Mai	1. und 15. Dezember
2., 16. und 30. Juni	

## Bitte mitbringen:

- Sportbekleidung
- Indoorschuhe
- Frotteetuch
- Gymnastikmatte (falls vorhanden)



Weitere Informationen: [www.satus-trimbach.ch](http://www.satus-trimbach.ch)  
oder Telefon 079 508 16 08

# Gutschein für 2 Probetrainings PowerYoga/Pilates

## Wann und wo?

- Trainings jeden zweiten Mittwoch
- Einstieg jederzeit möglich
- Jeweils von 19 bis 19.55 Uhr
- Sporthalle Leinfeldschulhaus Trimbach
- Keine Anmeldung erforderlich

## Trainingsdaten 2010:

13. und 27. Januar	18. August
17. Februar	1., 15. und 29. September
3., 17. und 31. März	3. und 10. November
5. und 19. Mai	1. und 15. Dezember
2., 16. und 30. Juni	

## Bitte mitbringen:

- Sportbekleidung
- Indoorschuhe
- Frotteetuch
- Gymnastikmatte (falls vorhanden)



Weitere Informationen: [www.satus-trimbach.ch](http://www.satus-trimbach.ch)  
oder Telefon 079 508 16 08

# Gutschein für 2 Probetrainings PowerYoga/Pilates

## Wann und wo?

- Trainings jeden zweiten Mittwoch
- Einstieg jederzeit möglich
- Jeweils von 19 bis 19.55 Uhr
- Sporthalle Leinfeldschulhaus Trimbach
- Keine Anmeldung erforderlich

## Trainingsdaten 2010:

13. und 27. Januar	18. August
17. Februar	1., 15. und 29. September
3., 17. und 31. März	3. und 10. November
5. und 19. Mai	1. und 15. Dezember
2., 16. und 30. Juni	

## Bitte mitbringen:

- Sportbekleidung
- Indoorschuhe
- Frotteetuch
- Gymnastikmatte (falls vorhanden)



Weitere Informationen: [www.satus-trimbach.ch](http://www.satus-trimbach.ch)  
oder Telefon 079 508 16 08