



NEU!

# BOOTCAMP

*Sandra Heider*

WENN DU WAS ERREICHEN WILLST,  
WAS DU NOCH NICHT GESCHAFFT HAST,  
MUSST DU ETWAS TUN,  
WAS DU NOCH NIE GETAN HAST!



**BEWEGUNG AN DER FRISCHEN LUFT STÄRKT DIE  
ABWEHRKRÄFTE UND DAS IMMUNSYSTEM!**

**WANN:**

Dienstag oder Donnerstag, 18:00 Uhr

**WO:**

Kuddenberg 6, Kürten

**WAS:**

Funktionales, intensives Outdoor HIIT  
(High Intensity Intervall-Training) mit wechselnden Stationen.

**KOSTEN:**

150,-€ pro Quartal / für Kursraum-Mitglieder 130,-€ pro Quartal

**WEITERE INFOS UND ANMELDUNG:**

Sandra Heider

Kuddenberg 6 · 51515 Kürten

Mobil: 0176 320 969 93

E-Mail: [mail@kursraum-kuerten.de](mailto:mail@kursraum-kuerten.de)

[www.kursraum-kuernten.de](http://www.kursraum-kuernten.de)