

FIT & WIN – Unsere Workouts für euer Team

Ihr wollt **etwas Abwechslung** für euer Team und euch **mit zusätzlichem Training** die nötige Fitness holen?

Ihr sucht eine Anleitung um **Kräftigungs- oder Dehnprogramme** in euer Training zu integrieren?

Ihr wollt euch **weitere Anregung** für das eigene Vereinstraining holen?

Mit FIT & WIN habt ihr nicht nur die Möglichkeit, ein abwechslungsreiches und intensives Workout mit eurem Team zu erhalten, ihr bekommt auch die entsprechenden Hilfestellungen und Tipps, wie ihr Übungen im Trainingsalltag integrieren und anwenden könnt!



FIT & WIN – Von Functional bis Yoga

Unser Trainings-Angebot deckt alles ab – ihr entscheidet:

- ✓ Intensive Ganzkörper-Workouts mit und ohne Geräten
 - ✓ Athletiktraining an unserem Synrgy360
- ✓ Entspannte Yoga-Angebote für das „etwas andere“ Training
 - ✓ „Richtig Dehnen“ mit Stretch & Relax



FIT & WIN – die Basis für euren Erfolg

Jetzt seid ihr an der Reihe – wählt aus diesen Angeboten aus:

○ FIT & WIN – Einzeltermin

90-minütiges Team-Workout eurer Wahl
Teilnahme von 10 bis 15 Personen
Nutzung des Sauna- und Wellnessbereichs im Anschluss

20€ p. Person

Pauschalpreis bei weniger als 10 TN: 170€

○ FIT & WIN – Hattrick

Drei 90-minütige Team-Workouts eurer Wahl, Abwechslung möglich
Teilnahme von 10 bis 15 Personen
Jeweilige Nutzung des Sauna- und Wellnessbereichs im Anschluss

15€ p. Person je Termin

Pauschalpreis bei weniger als 10 TN: 130€ je Termin

○ FIT & WIN – Fünferpack

Fünf 90-minütige Team-Workouts eurer Wahl, Abwechslung möglich
Teilnahme von 10 bis 15 Personen
Jeweilige Nutzung des Sauna- und Wellnessbereichs im Anschluss

10€ p. Person je Termin

Pauschalpreis bei weniger als 10 TN: 90€ je Termin

So bucht ihr euer Team-Workout:

Per E-Mail an news@mtv-bs.de

oder telefonisch (0531-4 92 18)

Für Rückfragen stehen wir euch unter den genannten Kontaktdaten ebenfalls gerne zur Verfügung!

Diese Termine stehen euch ab sofort zur Verfügung:

Montag	10.30 – 17 Uhr	18 – 21.30 Uhr
Dienstag	9.30 – 17.30 Uhr	19 – 21.30 Uhr
Mittwoch	9.30 – 19 Uhr	20.30 – 22 Uhr (ohne Saunanutzung)
Donnerstag	9.30 – 17.30 Uhr	
Freitag	9.30 – 15.45 Uhr	
Samstag	10.30 – 18 Uhr	
Sonntag	10.30 – 18 Uhr	

