



# Fit im Freien

WERDE TEIL UNSERER  
OUTDOOR-TRAININGSGRUPPE!

## Schließe Dich den Outdoor-Trainingsgruppen an!

Bist Du bereit Deine Fitnessziele in der Natur zu erreichen?  
Die Outdoor-Trainingsgruppe bietet Dir die perfekte Möglichkeit, Deine Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit zu verbessern - und das alles unter freiem Himmel!

### Was erwartet Dich?

#### Ganzkörperworkouts

Funktionelle Übungen, die Deinen ganzen Körper fördern

#### Motivierende Gruppe

Trainiere in einer dynamischen Gemeinschaft mit Gleichgesinnten.

#### Abwechslung pur

Von Krafttraining über HIIT bis hin zu Mobility - bei mir wird es nie langweilig.

#### Wunderschöne Trainingsorte

Training in Parks, Wäldern oder anderen inspirierenden Orten der Natur.

### Für wen ist das Training geeignet?

Für alle, die Spaß an Bewegung haben - vom Einsteiger bis zum Fitnessprofi! Egal, ob Du Deine Fitness verbessern, abnehmen oder einfach in der Gruppe trainieren möchtest, ich habe das richtige Angebot für Dich!

### Wann und wo?

Die Gruppen trainieren mehrmals wöchentlich an verschiedenen Standorten der Umgebung. Melde Dich bei mir und wird finden die passende Gruppe für Dich!

## Werde fit - Werde Outdoor!