

## GUTSCHEIN

Für 3 kostenlose Probetrainings!

Name

Vorname

Straße

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail

Eingeladen von

1. Besuch (am/bei)

2. Besuch (am/bei)

3. Besuch (am/bei)

Durch das Ausfüllen und Absenden stimme ich zu, dass meine Angaben und Daten zur Beantwortung meiner Anfrage gespeichert werden. Hinweis: Sie können Ihre Einwilligung jederzeit für die Zukunft per E-Mail an [datenschutz@avita-asperg.de](mailto:datenschutz@avita-asperg.de) widerrufen. Unsere Datenschutzerklärung finden hier: [www.avita-asperg.de/datenschutz](http://www.avita-asperg.de/datenschutz)

Komm vorbei, wir nehmen uns viel Zeit für dich! Wir zeigen dir das Studio, erklären dir alle Geräte und beraten dich ausführlich.

Avita - Fitness & Gesundheit

Saarstr.2 71679 Asperg

Telefon: 07141 41515

[info@avita-asperg.de](mailto:info@avita-asperg.de)



## WELLNESS IM AVITA.

Avita ist ein Wohlfühlort, der auch der Regeneration von Körper, Geist und Seele dient. Jede Menge Entspannung und Wellness findest du in unseren Yogakursen und der Sauna mit Ruheräumen – der ideale Ort zum Abschalten vom Alltag!



Gerne beraten wir dich persönlich. Ruf uns an oder komm zu einem unverbindlichen Probetraining vorbei.

### Avita - Fitness & Gesundheit

Saarstr.2 71679 Asperg

Telefon: 07141 41515

[info@avita-asperg.de](mailto:info@avita-asperg.de)

### ÖFFNUNGSZEITEN:

Mo.-Fr. 08:00 - 22:00

Sa.-So. 09:00 - 18:00

Feiertag 10:00 - 14:00

Gestaltung: [www.th3design.de](http://www.th3design.de)



Dein Studio für Gesundheit, Fitness, Rehabilitation und Wellness.





## DER UNTERSCHIED ZWISCHEN DEM, DER DU BIST, UND DEM, DER DU SEIN MÖCHTEST, IST DAS WAS DU TUST.

Du möchtest fitter werden, Problemzonen straffen, ein paar Kilos verlieren oder Kraft aufbauen? Wir helfen dir, dein Ziel zu erreichen – mit einem individuellen Trainingsplan und begleitet von einem motivierenden Team. Komm vorbei und lass dich von unseren Experten für Fitness & Gesundheit beraten!

# KURSPLAN

FRÜHJAHR 2019



NEU 2019

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SONNTAG
				08:05 - 09:05 WS-Pilates (Prävention) ●	
				09:10 - 10:10 WS-Pilates (Prävention) ●	
10:15 - 11:00 Rückenfit (stark, beweglich & fit)		10:05 - 11:05 Yoga (für Körper & Geist)		10:15 - 11:00 Funktionelle Fitness (stabil & koordinativ)	10:15 - 11:15 (ab 03.02) Bodystyling (abnehmen & Straffen)
18:00 - 19:00 Yoga (für Körper & Geist)	18:00 - 19:00 Pilates (stabil & beweglich) ●		18:00 - 19:00 Zumba Party ● 18:30 - 19:45 Lauftreff ●	18:00 - 18:45 BBP Figurformung ●	11:20 - 11:50 (ab 03.02) Bauch intensiv (Starker Rumpf)
19:15 - 20:00 Easy (Step) Aerobic ●		19:00 - 20:00 Zumba Party ●	19:15 - 20:00 Fatburner-Spinning ●	19:00 - 20:00 Yoga (für Körper & Geist)	
20:15 - 21:15 BBP Figurformung ●	20:15 - 21:00 (ab 05.02) Rückenfit	20:15 - 21:15 Fatburner-Spinning ●	20:15 - 21:15 Pilates (stabil & beweglich) ●		

● In Kooperation mit der VHS. (Auch für Avita Mitglieder) ● Bitte telefonisch reservieren ● In Kooperation mit ProPhysio (Lauflänge ca. 7 bis 10 Kilometer) ● Keine Inklusivleistung

## UNSERE LEISTUNGEN

Avita ist ein ganzheitliches Studio. Unser Fokus liegt allerdings klar auf einem gesunden Körpertraining. Bei uns findest du Krafttraining, ebenso wie Yoga, Aerobic oder BBP. Auch im Bereich Rehasport bist du bei uns richtig. Gerne beraten wir dich persönlich!

## EINFACH UNKOMPLIZIERT!

ab **39€**

Wenn du magst, kannst du monatlich kündigen. **Flexibel & Fair.** Alle Konditionen erfährst du in einem persönlichen Beratungsgespräch.

## KRAFTTRAINING

Bei uns findest du einen modernen Gerätepark, um deine Muskeln zu kräftigen, deinen Körper zu modellieren und dich richtig auszupeinern.

## REHASPORT

Rückenschmerzen, Migräne, Gelenk-OP oder Bandscheibenvorfall? Unser Reha-Programm wird von geschulten Sporttherapeuten und Rehatrainern geleitet. Wir bieten orthopädischen Rehasport und Rehasport in der Krebsnachsorge. **Muss von deinem Arzt verordnet und von deiner Kasse genehmigt werden.**

## SLIMBELLY

Das revolutionäre „Airpressure Bodyforming“ erzielt in kurzer Zeit deutlich sichtbare und messbare Ergebnisse – der Turbo zur Wunschfigur!

## GRUPPENTRAINING

Du liebst den Spaß und die Motivation in der Gruppe? Zum Austoben und Entspannen bietet unser Kursplan Zumba, Spinning, Pilates u.v.m.

**BESUCH UNS IM NETZ**

[www.avita-asperg.de](http://www.avita-asperg.de)