

Juni 2022

FITMAIL

Alle Infos aus Deinem Gesundheitsstudio!

Lieber Gast, mit dieser Ausgabe der FITMAIL erhältst Du alle wichtigen Informationen aus dem Racket Park.

Wir wünschen Dir viel Spaß beim Training...
Schön, dass Du hier bist!



Aktuelle News

• **Ratespiel Auflösung: Wohin geht der Ausflug?** Siehe unten.

• **KETTLEBELL WORKSHOP mit Lena.** Siehe Seite 2!

• **SUMMER OF '22**

Unser Sommerspiel 2022. Mehr Infos auf Seite 2!

• Ende Juni müssen wir uns leider von Michal verabschieden, der an den Bodensee zieht. Wir danken dir für die letzten Jahre und wünschen dir weiterhin alles Gute auf Deinem Weg!

• **Shake des Monats Juni: Cookies & Cream**

NUR 2,00€ statt 2,70€

• **Beutelaktion: 1 Beutel Cocos Whey oder Cookies & Cream Whey**

NUR 16,00€ statt 20,00€



Ausflug zum Staffelsee mit Monika und Iva

Im Juli fahren Monika und Iva mit euch auf einen Ausflug. Bei unserem Ratespiel haben viele von euch teilgenommen und auch einige richtige Tipps waren dabei! Die Lösung ist der **Staffelsee**, der Gewinner der gratis Reise ist an der Infotafel ausgeschrieben.



Alle Details zum Ausflug:

- Abfahrt um 08:00 Uhr vor dem Racket Park
- Rückkehr ca. 19:00 Uhr
- Im Preis enthalten: Bus- und Schifffahrt

Kettlebell Workshop mit Lena

Du willst lernen, wie man richtig mit Kettlebells trainiert? Willst du deine Kraft und Koordination auf das nächste Level bringen? Dann ist der Kettlebell Workshop das Richtige für Dich. Lerne alle wichtigen Bewegungsmuster, die Handhabung der Kugelhanteln und habe vor Allem viel Spaß!

Alle Daten des Workshops:

4 Einheiten à 60 Minuten

Donnerstags, 19.00 – 20.00 Uhr

07. Juli / 14. Juli / 21. Juli / 28. Juli



Melde Dich verbindlich über die Liste an der Infotafel an. Die Plätze sind begrenzt, sei also schnell!

Summer of '22

Am 01. Juli startet unser diesjähriges Sommerspiel. 7 Wochen lang, also bis zum 18. August, hast du die Möglichkeit Stempel zu sammeln. Die vollen Stempelkarten dienen als Lose für unsere Sommerverlosung. Die Auslosung erfolgt auf unserem **Sommerfest am 19. August**, merke Dir diesen Termin schon einmal vor!

Für folgende Aktionen wirst du belohnt:

- 1 Stempel pro **Trainingseinheit**
- 1 Stempel pro **Konsum an der Theke**
- 1 Stempel pro **Teilen unserer Beiträge Social Media**
- 6 Stempel pro **mitgebrachter Person über die 4 – Wochen – Aktion**



Die Stempelkarten erhältst du an der Fitness-Theke, sowie alle weiteren Informationen zum Sommerspiel.

Hole Dir ab Ende Juni Deine Karte und gewinne tolle Preise!

weitere Informationen findest du unter

www.tsv-haar.de

