

November 2023

# 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

- **Shake des Monats:**  
**Whey Cocos** für nur **2,20€** statt **2,90€!**

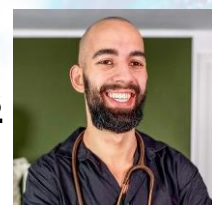


- **Glühweinumtrunk**  
**am Do. 14.12.23**



Jetzt schon vormerken!  
Genauere Infos folgen!

- **Neueröffnung: Naturheilpraxis Dominik Weiss**  
Schwerpunkt Osteopathie, Chiropraktik & manuelle Medizin! *weitere Infos, siehe Aushang!*



## Tag der offenen Tür

Sonntag,  
12.11.  
9 - 16 Uhr

Vorträge

Bringe Familie,  
Freunde,  
Bekannte  
gerne mit

Schnupper-  
kurse

Weitere Infos an der Infotafel.

Die **Anmeldung zu den Kursen und Vorträgen ist verpflichtend** und erfolgt unter der Telefonnummer 089 – 46 23 06 17 oder an der Fitness-Theke.

Alle Infos aus Deinem Gesundheitsstudio!  
FITMAIL



## Adventskalender

Du suchst für dich oder deine Liebsten noch eine tolle Überraschung für die Weihnachtszeit? Der Inko- Adventskalender bringt dich fit durch die Weihnachtszeit und ist die Alternative zu den klassischen Adventskalendern.

Anstatt Schokolade warten z.B. leckere Proteinriegel in zahlreichen Geschmacksvarianten oder Ähnliches aus der Sporternährung auf dich.

Außerdem befindet sich hinter dem ein oder anderen Türchen eine **Überraschung aus unserem Fitness Club!**

Du erhältst den Adventskalender für **nur 29,90€.**

**Greif zu solange der Vorrat reicht!**

Gerne lagern wir deinen Adventskalender bis zum 1. Advent bei uns an der Fitness-theke.



## Die motivierende Kraft von Zielen

Du willst Dich gesünder ernähren? Du willst mehr Bewegung in Deinen Alltag integrieren? Du willst die guten Vorsätze für das nächste Jahr diesmal wirklich nachhaltig umsetzen? Du hast schon viel versucht, aber so richtig geklappt hat es nicht? In meinem **Impulsvortrag** zeige ich Dir, wie wichtig es ist, Ziele zu formulieren und wie sie motivierend wirken können.

**Dein Nutzen:** Deine guten Vorsätze und Ziele mit Leichtigkeit und Freude erreichen.



Ich freue mich auf Dich! **Francine Zimmermann** | Zimmermann Business Coaching & Consulting Systemische Personal & Business Coach (ECA), Teamcoach (ECA), Mentalcoach

**Wann: Do. 23.11.23 um 18.00 Uhr**

weitere Informationen findest du unter  
**[www.tsv-haar.de](http://www.tsv-haar.de)**



Alle Infos aus Deinem Gesundheitsstudio!  
Alle Infos aus Deinem Gesundheitsstudio!