



# DEIN SPRUNG

## IN EIN FITTERES LEBEN!

### Jumping Fitness:

- Schonend für die Gelenke
- Verbrennt bis zu 600 kcal pro Stunde
- Verbessert Koordination, Ausdauer und Kraft
- Für jedes Fitnesslevel geeignet

### Preise:

- Einzelstunde: € 15.-
- 5er-Block: € 65.-
- 10er-Block: € 110.-

### Termin:

- Jeden Montag um 18:00 Uhr
- im Turnsaal der Volksschule Keutschach
- Teilnahme nur mit Voranmeldung

**Melde dich gerne bei mir,  
damit dein Platz gesichert ist**

**Spring los und werde die beste  
Version Deiner selbst!**



### Deine Trainerin:

Mein Name ist Sandra und ich bin zertifizierte Jumping Fitness Trainerin. Mit Leidenschaft und guter Laune bringe ich Bewegung in dein Leben.



0676 / 84108217



sandra.jumpfit@gmail.com



@sandras\_jumpfit