

Kursangebote 1 im Jahr 2018

mit

Georg Lochner
Personaltrainer im Sport- und Wellnessbereich

Pilates	in Murnau	Kursgebühr
Kurs „1 A“	Donnerstag, 11. Jan. – 15. März (10 Std.) von 18:00 – 19:00 Uhr	110,00 €
	in Unterammergeau	
Kurs „1 B“	Mittwoch, 10. Jan. – 14. März (10 Std.) von 19:30 - 20:30 Uhr	110,00 €
	Nordic Walking	
Kurs „1 A“	Dienstag, 09. Jan. – 13. März (10 Std.) von 10:00 – 11:00 Uhr	110,00 €
Kurs „1 B“	Freitag, 12. Jan. - 16. März (10 Std.) von 10:00 - 11:00 Uhr	110,00 €
	Lauftraining für Einsteiger	
Kurs „1 A“	Donnerstag, 11. Jan. – 15. März (10 Std.) von 10:00 - 11:00 Uhr	110,00 €
Kurs „1 B“	Freitag, 12. Jan. – 16. März (10 Std.) von 8:00 - 9:00 Uhr	110,00 €
	XCO Reaktiv Training	
Kurs „1 A“	Dienstag, 09. Jan. – 13. März (10 Std.) von 11:00 - 12:00 Uhr	110,00 €
Kurs „1 B“	Freitag, 12. Jan. - 16. März (10 Std.) von 11:00 - 12:00 Uhr	110,00 €

Urlaubsgäste können bei den angebotenen Kursen jederzeit einsteigen sofern noch Plätze frei sind. Eine telefonische Anmeldung (ein Tag vor Kurs) ist unbedingt erforderlich. Pro Stunde sind 13,00 € vor Unterrichtsbeginn in bar an den Trainer zu entrichten.

Wirbelsäulen- und / oder Beckenbodentraining wird im Einzeltraining nach Terminabsprache bei Ihnen zu Hause absolviert. Kontaktieren Sie mich und lassen Sie sich ein Angebot machen.

Lauftraining für Wettkampf- und Marathonvorbereitung wird nur im Einzeltraining nach Terminabsprache absolviert. Kontaktieren Sie mich und lassen Sie sich ein Angebot machen.

Info unter: Telefon: 08841 – 6277329 oder www.personaltrainer-lochner.de