

# FITNESS ODER CARDIO KRAFTTRAINING

## Kursbeginn ab Oktober

**POWER GYM** mit Karl Schraffl

immer dienstags 19.30 Uhr

**TOTAL BODY** mit Fabio

immer freitags 19.30 Uhr

**SENIORENTURNEN**

immer dienstags 14.30 Uhr.

Anmeldungen bei Silvia

Tel. 0474 745365



**FITNESS- & CARDIORAUM** für Frauen und Männer  
jeden Alters. Wir bieten Ihnen eine kostenlose  
Beratungstunde mit einem unserer Dipl. Kursleiter.

**WICHTIG: Anmeldungen können nur ONLINE  
angenommen werden!**

**Bitte beachten Sie die „COVID-19“**

**Bestimmungen auf unserer Homepage!**



[www.asv-niederdorf.it](http://www.asv-niederdorf.it)



ENTE DI PROMOZIONE  
SPORTIVA  
RICONGIUGUATO  
DAL CONI

ASV Niederdorf Sektion Yoseikan Budo & Fitness

Gemeindeturnhalle (1. Stock), I-39039 Niederdorf (BZ)

Infos bei Verena Niederkofler, Tel. +39 348 336 5 063 (ab 14 Uhr erreichbar)

oder im Trainingszentrum, Tel. +39 0474 745022 (abends)

[niederdorf@yoseikan.it](mailto:niederdorf@yoseikan.it)