

# It's my life

»» vital & relaxed ««

- Spaß und Bewegung in der Gruppe
- Steigerung der körperlichen Fitness durch:
  - Progressive Muskelentspannung
  - Qi Gong
  - Functional Training

ab Dienstag, **1. Oktober 2013**, 19:30–20:30 Uhr



Einführungspreis 2013

Trainingsort

weitere Infos

monatlich 20 €

Autenbachstraße 15  
71711 Steinheim

[www.judo-steinheim.de](http://www.judo-steinheim.de)