

Brain & Body



Die Umgebung inspiriert, die Aktivität belebt! Saugen Sie die Power auf und konvertieren Sie diese für den Alltag, die Arbeit, das Meeting oder ganz einfach für sich selber. Ob TaeBo, JumpingFitness, HIIT (*High Intensity Interval Training*) Outdoor HIIT / BodyCross – Sie werden von einer ausgewiesenen, einheimischen Trainerin betreut.

Ideal als Start in den Tag, als Inspiration oder einfach für zwischendurch. Am besten als Kombination mit Ihrem Meeting vor Ort.

Preise / Inbegriffene Leistungen

- Organisation, Durchführung und Instruktion
- Nutzung des Materials (Bodenmatte, allenfalls Trampolin, Kettlebell, u.s.w.)
- Preis bis zu 1 Stunde CHF 450.00
- Jede weitere Zusatzstunde CHF 300.00
- Spezielle Zusatzleistungen, falls gewünscht, wie «Sesselbahnfahrt zur Bergstation» oder «Schneeschuhe» werden separat verrechnet.

Tipps und Hinweise

- Trainingskleidung der Jahreszeit entsprechend
- Indoor- oder Outdoor-Möglichkeiten vorhanden
- Auf spezielle Wünsche kann eingetreten werden
- Bestens geeignet für einen Break-Out, Morgenstart in Kombination mit einem Kick-Off-Meeting, Team-Building Anlass, Gruppenspass oder einfach um sich fit und lebendig zu fühlen
- Duschmodöglichkeiten vor Ort gegeben (Nasszellen Camping)
- Verpflegung- und Freizeitangebot vor Ort

Durchführung

- Tag und Zeit flexibel, jedoch auf Anfrage

Gruppengröße

- Ideal für 4 bis 30 Personen

Weitere Informationen und Buchung

Sportbahnen Atzmännig AG, Godingen (*in Zusammenarbeit mit FitWell*)

055 284 64 34

info@atzmaennig.ch

www.atzmaennig.ch