



FITNESS-SAFARI IM PARK

Outdoor-Gruppentraining mit Nadja

Ein funktionelles Ganzkörpertraining für alle Fitnesslevels – kraftvoll, abwechslungsreich und von mir persönlich betreut. Trainiere unter freiem Himmel und entdecke die Kraft von Bewegung, Natur und Gemeinschaft.

Donnerstags, 17:30 Uhr | 60 Minuten

Details:

- **Ort:** Wiese zwischen Park-Hotel Hagenbeck & Tierpark
- **Adresse:** Hagenbeckstraße 150, 22527 Hamburg
Bei Unwetter findet das Training im 5. OG des Hotels statt.
- **Investition:** 14 € pro Einheit, 10er-Karte 126 € (10 % Rabatt)
- **Zahlung:** Bar oder per PayPal Link nach der Anmeldung
- **Parkmöglichkeiten:** hoteleigene Tiefgarage (3 €/Stunde)
- **Umkleidemöglichkeiten:** sind vor Ort vorhanden

- **Anmeldung oder Stornierung:** Bis spätestens 15:30 Uhr am Trainingstag unter ☎ **0151 110 78 265** (Messenger)

Bitte mitbringen:

- Bequeme, wetterangepasste Sportkleidung
- Handtuch und Trinkflasche
- Eine Matte
- (Optional) Sonnen- & Insektenschutz





Was dich erwartet:

- Ein dynamisches Training, das Kraft, Ausdauer & Beweglichkeit fördert
- Kleine Gruppen mit individueller Betreuung
- Viel Raum für natürliche Bewegung und Energie an der frischen Luft

Für wen ist das Training geeignet?

Für alle, die Lust auf Bewegung, frische Luft und neue Trainingsimpulse haben. Ob mit Erfahrung oder als Neueinsteiger - die Übungen passe ich individuell an.

Deine Vorteile:

- Viel Spaß und persönliche Betreuung in Kleingruppen
- Übungen, die optimal auf dein Fitness Level abgestimmt sind
- ein abwechslungsreiches Training in exklusiver Atmosphäre

Ich freue mich auf deine Teilnahme!

Let's move wild together!

Nadja Jänisch

Kontakt:

OsteoFIT- Hamburg

Nadja Jänisch

Hagenbeckstrasse 150, Park-Hotel Hagenbeck, 5. OG

22527 Hamburg

Mobil: 0151 110 78 265

Website: www.fit-fitter-nadja.de

