

**12. Benefiz-Aerobicmarathon
zugunsten der José Carreras
Leukämienstiftung e.V.**



**Samstag, 9. Dezember 2017
von 9.00 – 16.20 Uhr
in der Brombachhalle Pleinfeld**

09.00 – 10.00 Uhr Mein Rücken

(Vroni Raab-Kronski)

10.10 – 11.10 Uhr Functional Flow

(Vroni Raab-Kronski & Roman Bayer)

11.20 – 12.20 Uhr HIIT up!

(Roman Bayer)



12.20 – 13.00 Uhr **PAUSE (Verpflegung mit Kaffee & Kuchen, Joghurt m. Müsli, belegte Brote u.v.m.)**

13.00 – 14.00 Uhr **deepWork® - Cool & Easy**
(Steffi Biener & Petra Gutjahr)



14.10 – 15.10 Uhr **Step to enjoy...**
(Bea Keller)

Outdoor:

14.10 – 15.10 Uhr **Smovey Walk**
(Simone Maurer)



15.20 – 16.20 Uhr **Yoga Flow**
(Petra Gutjahr & Steffi Biener)

Die Teilnahmegebühr (Spende) beträgt 50,-- Euro (incl. 2,-- Euro Gema). Eine Spendenquittung ist über die Leukämienstiftung erhältlich und wird nach Wunsch automatisch zugesandt.

Du benötigst noch mehr Infos über die Veranstaltung oder willst Dich anmelden?

Dann schicke mir über das Kontaktformular oder beakeller@web.de eine e-mail.

Ich freue mich auf Dich

Bea