

Bleib fit  
über den Herbst!  
Buche jetzt dein  
Onlineseminar!

Die AKTIVCOACHES bieten dir  
verschiedene Live-Onlineseminare.



Trainiere ohne Stress **8 Wochen (KW 41 – 48)**  
lang von zu Hause aus und erhalte bis zu **100%**  
der Kursgebühr (**75 € pro Kurs**) von deiner  
Krankenkasse wieder zurück.



Oktober 2021

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
27	28	29	30	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

November 2021

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	1	2	3	4	5

- Onlineseminar Aktiv Pilates (Rumpfkraftigung) von 18:15 – 19:00 Uhr mit Richard Ondr
- Onlineseminar Autogenes Training von 19:15 – 20:00 Uhr mit Richard Ondr
- Onlineseminar Functional Fitness (Kraftausdauer) von 19:00 – 19:45 Uhr mit Bastian Popp
- Onlineseminar Rückenkräftigung von 19:00 – 19:45 Uhr mit Bastian Popp

**Weitere Infos & Anmeldung unter [www.aktivcoaches.de](http://www.aktivcoaches.de)**

Bei Fragen kontaktiere uns jederzeit per E-Mail:

[info@aktivcoaches.de](mailto:info@aktivcoaches.de) oder [bastian.popp@aktivcoaches.de](mailto:bastian.popp@aktivcoaches.de)

