



# MOVECHEZNI

## FÜR SIE PERSÖNLICH.

Im Personaltraining geben Sie den Rahmen des gewünschten Programms vor. Sei das ein Training für den Kraftaufbau, die Beweglichkeit, Übungen für die Behebung von Dysbalancen oder eine massgeschneiderte Entspannungslektion. Ob in der Natur oder den vertrauten Räumlichkeiten zu Hause – Sie entscheiden, welche Umgebung für Sie passt.

### ANMELDUNG

[www.movechezni.ch](http://www.movechezni.ch)

[training@movechezni.ch](mailto:training@movechezni.ch)

Mobile 078 703 73 56

### KOSTEN

CHF 150.-/75 min.



## MELDEN SIE SICH FÜR IHR PERSÖNLICHES TRAINING – ICH NEHME MIR GERNE ZEIT FÜR SIE!