

## Bewegung (nicht nur) zum Abnehmen:

### Fit mit Spass und Schwung: Training auf dem Minitrampolin



**dienstags 18.30 – 19.15 h** (CHF 18.-/Lektion)  
**donnerstags 9.15 – 10.00 h** (CHF 18.-/Lektion)

### Walking mit den smoveySCHWUNGRINGEN



**donnerstags 8.00 – 8.55 h** (CHF 15.-/Lektion)

**Schnupperlektionen:  
jederzeit möglich – bitte anmelden**

**Anmeldungen/Infos: A. Scheifele**  
Signalstr. 14 9400 Rorschach  
Tel. 071 845 60 22 [scheifele@praxisimzentrum.ch](mailto:scheifele@praxisimzentrum.ch)