

2023 IST DEIN FITNESS-JAHR!

## STARTE JETZT

1. Schau Dir unseren Kursplan an:  
[www.antjebrand.de/kursplan](http://www.antjebrand.de/kursplan)
2. Kontaktiere dann Antje für Dein **kostenfreies** Schnuppertraining.
3. Komm zum Kurs und hab Spaß mit uns 😎

Endlich fitter,  
schlanker & gesünder!

1x kostenfrei schnuppern,  
dann 1 Monat günstig trainieren  
**ab 29 €\***

\*Basic: 4 Kurse für 29 € statt 39 €  
Intensiv: 8 Kurse für 59 € statt 69 €

# DAS SIND DIE TOP 5 GRÜNDE WARUM UNSERE MITGLIEDER BEI UNS TRAINIEREN:

1. Fitter werden
2. Abnehmen & Figur formen
3. Körperliche Beschwerden  
(Rücken, Knie, Hüfte, Bürogeschädigt...)
4. Zeit für sich
5. Stressabbau & Kopf abschalten



Antje

## DARAUF KANNST DU DICH FREUEN:

- ✓ Zahlreiche Fitnesskurse in kleinen Gruppen:  
Outdoor, Indoor, Online
- ✓ Kurse einfach online flexibel auswählen
- ✓ Für Einsteiger und Fortgeschrittene geeignet
- ✓ Individuelle Trainingsgestaltung durch Top-Trainer