

Coach Kata

BEWEGUNG · NATUR · GEMEINSCHAFT

Stark
in jedem
Alter! ♥

BODYFIT

Dein Ganzkörpertraining

KRÄFTIGEN · BEWEGEN · WOHLFÜHLEN

**Mehr Kraft. Mehr Energie.
Mehr du.**

Ein effektives Training für deinen ganzen Körper – abwechslungsreich, funktionell und mit Spaß an der Bewegung.



Kleine Gruppe.
Große Wirkung! ♥

DAS ERWARTET DICH



Ganzkörpertraining
Kraft · Ausdauer · Beweglichkeit
· Koordination



Funktionelle Übungen
für Alltag und Sport



Mit & ohne Equipment
abwechslungsreich & effektiv



Kleine Gruppe
persönlich & individuell



FÜR FRAUEN & MÄNNER

Egal, ob du wieder einsteigen, deine Fitness verbessern oder einfach etwas Gutes für dich tun möchtest – du bist willkommen!



DEIN KURS

Montag · 19:15 – 20:15 Uhr

26.10. · 02.11. · 09.11. · 16.11. · 23.11. · 30.11.2026



Bewegungsraum Weimar



Kleingruppe



6 Termine · 60 Minuten



180 €



DEINE COACH

Kata

Personal Coach · Laufcoach
Functional Fitness

Trainer-C-Lizenz Leistungssport
Functional Strength Master
(A-Lizenz)

Ich freue mich auf dich! ♥



JETZT ANMELDEN

Die Plätze sind begrenzt! ♥



info@coach-kata.de



coach-kata.de

Coach Kata

BEWEGUNG, DIE DIR GUTTUT.

