



# FisioFit mit Christiane

## Auf dem Samnauner Fitnesspfad (Vitaparcours)

Bewegung in der wundervollen Samnauner Natur macht Freude. Nebenbei werden Stoffwechsel, Fettverbrennung und körperliches Wohlbefinden positiv beeinflusst. Physiotherapeutin Christiane Heinisch zeigt Ihnen ein motivierendes, effektives Kraft- und Ausdauertraining mit Spassfaktor. Ihr Körper dankt es Ihnen mit mehr Energie und einem verbesserten Körper- und Wohlfühlempfinden. Gäste und Einheimische sind herzlich willkommen.

|                  |  |
|------------------|--|
| Treffpunkt/Dauer | Gäste-Information Samnaun, 9:00 – 10:00 Uhr  |
| Daten            | Mittwoch, 22.7./29.7./5.8./12.8.20   |
| Ausrüstung       | Geschlossenes Schuhwerk, Trinkflasche  |
| Preis            | Die Teilnahme ist kostenlos  |
| Anmeldung        | Bis am Vorabend um 17 Uhr bei der Gäste-Information<br>Samnaun, 081 861 88 30 / <a href="mailto:info@samnaun.ch">info@samnaun.ch</a> |
| Durchführung     | Christiane Heinisch, Physiotherapeutin, fisiomedica GmbH   |