

## 7 Days Challenge



### **Mache mit beim Neujahrs-Workout zum Formen, Straffen und Beleben deines ganzen Körpers.**

Dieses Ganzkörper-Trainingsprogramm ist mehr als ein Workout – du stellst dich einer Herausforderung. Vertraue deinem Körper und deiner Kraft und starte lebendig ins 2024!

**Montag 8.1.2024 - Sonntag 14.1.2024 - 7 Days - 30 Minuten täglich**  
7.00 - 7.30 h Live online (daheim) oder im Studio Duggingen  
oder via Link und du wählst das passende Zeitfenster (24 Std. gültig)  
CHF 120.- Spezialpreis 7 Days (oder mit dem laufenden Abo)

---

Monika Bloch / 079 626 55 44 / [www.inout-fitness.ch](http://www.inout-fitness.ch)

[www.inout-fitness.ch](http://www.inout-fitness.ch) Krankenkassen anerkannt

---