



OUTDOOR BOOTCAMP 2025

STARTE FIT UND VOLLER ENERGIE!

Wann:

Jeweils am Sonntag um
10 Uhr für eine Stunde

Ort/Treffpunkt:

Sportanlage Fiechten Reinach, bei der
Sprintbahn (ausreichend Parkplätze
vorhanden)

Anmeldung:

✉ info@striveperformance.ch
🌐 www.striveperformance.ch oder
☎ 079 884 31 87

DATEN 2025:

09.02

16.02

23.02

BOOTCAMP – OUTDOOR FUNCTIONAL TRAINING

DIE TRAININGSEINHEITEN
WERDEN AUSSCHLIESSLICH
DURCH EINEN ZERTIFIZIERTEN
OUTDOOR- / FUNCTIONAL TRAINER
DURCHGEFÜHRT.

Inhalt:

Kombination aus funktionellen
Übungen

- Mit dem eigenen Körpergewicht
- Mini-Bands und Powerbands
- Sowie anderen Kleingeräten

Ausrüstung:

Geeignete Kleidung/Schuhwerk für
Outdoor Trainings.
Jacke /Windschutz für nach dem
Training. Trinkflasche,
Kopfbedeckung evt. Handschuhe.

Zielgruppe:

Für alle Leistungsgruppen geeignet
– das Training wird jeweils
individuell angepasst.

Kosten:
Nur 20.-/pro
Training!

Bezahlung per TWINT
möglich

