

## Teilnahmebestätigung

*Indra Janorschke*

---

hat am **30. November 2019**  
am Seminar

**„Fitness-Tricks“**

mit

**Katrin Heimsath**

teilgenommen.

Inhalte in Theorie & Praxis:  
Warm-Up, Krafttraining, Koordinations- & Dehnübungen  
auf kleinem Raum gestalten.

Dauer:  
• 10 – 16 Uhr inkl. 1 Std. Pause



*Katrin Heimsath*  
Schöppingen, 30.11.2019