

2. Ladies Day

Das Programm

28.11.2015 von 15:00 – 21:30 Uhr

Kurse

Bitte meldet Euch zu allen Kursen vorab an. Ab Freitag, den 27.11. um 8:30 Uhr, nehmen wir Eure "Reservierung" entgegen.

15:30 – 16:15 Uhr	Zumba	KR1	(Bärbel)
15:30 – 16:15 Uhr	Zumba Gold	KR2	(Anja)
16:30 – 17:15 Uhr	Piloxing	KR1	(Justina, Kristina)
16:30 – 17:15 Uhr	Funktionales Training	KR2	(Judith)
17:30 – 18:15 Uhr	Dance Aerobic	KR1	(Bärbel)
17:30 – 18:15 Uhr	Jumping Einsteiger	KR2	(Justina oder Anja)
18:30 – 19:15 Uhr	Jumping	KR2	(Anja)
19:30 – 20:30 Uhr	Yogalates	KR1	(Nicole, Nadja)

Sonstiges

17:30 – 18:15 Uhr	Vortrag: „Straff und knackig mit Eiweiß“	KR3	(Bianca)
19:00 – 19:30 Uhr	Märchen für Erwachsene	KR3	(Deborah)
20:00 – 20:30 Uhr	Märchen für Erwachsene	KR3	(Deborah)

Saunaaufgüsse

17:30 Uhr	Hönne-Früchtchen	(Obstaufguss)
18:30 Uhr	Hönne-Frozen	(Eisaufguss)
19:30 Uhr	Hönne-Schmirgel	(Salzpeeling)
20:45 Uhr	Hönne-Tussi	(Sektaufguss)

Schulter- & Nackenmassage (je 10 min)

Anmeldungen zu den Massagen nehmen wir am Samstag vor Ort entgegen.

- 15:30 – 16:30 Uhr (Bianca)
- 16:45 – 17:45 Uhr (Nadja)
- 18:00 – 19:00 Uhr (Nicole)
- 19:15 – 20:15 Uhr (Bianca)

Rahmenprogramm (durchgehend)

- | | |
|---|-----------------------------------|
| • Jemako Putz- und Kosmetikartikel | Dagmar Biener |
| • Gesundheitsscreening | Manuela Fischer (Heilpraktikerin) |
| • Podologische Gangbildanalyse | Björn Freiburg (Podologe) |
| • Hauttypenbestimmung | Sven (Kosmetiker) |
| • Mary Kay Schminke, Kosmetik, Pflege | Linda Neumann |
| • Ringana Naturkosmetik | Anja Dransfeld |
| • Fingernageldesign | Kristina Grote |
| • Wimpern färben | Kerstin Hammecke (Friseurin) |
| • Winshape Sport-Klamotten
(-10% nur am 28.11.!)) | HönneVital |

Und natürlich gibt es tolles Buffet, Sektchen bis zum Abwinken (also besser den Gatten oder den Liebsten schon für den Fahrdienst einteilen! 😊) und natürlich ganz viel Klatsch und Tratsch! 😊

Wir freuen uns auf euch!

Das HönneVital-Team

Tel. 02375 – 9391721

E-Mail: info@hoennevital.de

Web: www.hoennevital.de

Facebook: www.facebook.com/hoennevital