



Stärke dein Fundament. Hole das Beste aus jedem Schritt heraus. Beweg dich ein Leben lang besser.

**In unserem „Foot-Core“-
Trainingsprogramme lernst du, wie du:**

- ✓ Kraft und Stabilität aufbaust
- ✓ deine Bewegungseffizienz verbesserst
- ✓ dein Gleichgewicht und Kontrolle verbesserst
- ✓ Eine stärkere Grundlage für deinen gesamten Körper schaffst

Zu erwartende Ergebnisse:

- Bessere sportliche Leistung
- Verbesserte Ausdauer
- Bessere Bewegungsabläufe
- Weniger Schmerzen in Füßen, Knöcheln, Knien und Hüften
- Wiedergewonnenes Selbstvertrauen
- Die Füße fühlen sich besser an

Lebe ein aktives Leben **FeetComeFirst™**

Ruf unter **+41 33 336 91 71** an, oder schreib ein Mail an **info@riegen-sport.ch**, um dich heute anzumelden!

Kurse:

ActivationZone Activation –
6 Trainingseinheiten

Normalpreis **CHF 150.—**

Die ersten 100 Mitglieder **CHF 85.—**

Persönliche Kraft- und Gleichgewichtsanalyse

15 % Rabatt auf 16 oder
24 Mitgliedschaften

ActivationZone Elevation –

16 Trainingseinheiten

Normalpreis **CHF 375.—**

Die ersten 50 Mitglieder **CHF 295.—**

Fachkundiges Coaching für
Fuss- und Beinkraft, Atmung,
Faszientraining

2 persönliche Kraft- und
Gleichgewichtsanalysen

1 Aktivitätserlebnis Ihrer Wahl*

ActivationZone Transformation –

24 Trainingseinheiten

Normalpreis **CHF 495.—**

Die ersten 50 Mitglieder **CHF 395.—**

Experten-Coaching für Fuss- und
Beinkraft, Atmung, Faszientraining
3 persönliche Analysen
2 neue Aktivitätserlebnisse Ihrer
Wahl*

**Menü mit Überraschungsaktivitäten,
Zugang zu exklusiven Workshops*



ActivationZone™