



AEROBIC FACTORY

Moosweg 11 | 9470 Buchs | jam29.ch | 078 628 68 01

Mentalreise & Entspannung

Samstag, 25. Oktober 2025 | 10.15 – 11.15 Uhr

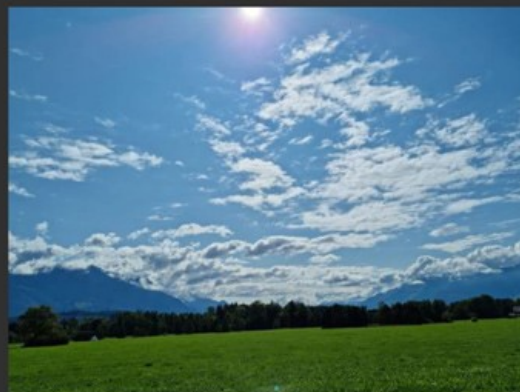


Cornelia Vögele
Dipl. Mentalcoach IAW

**Zeit für mich – Geführte Meditation zum
Loslassen und Entspannen.**

**Bei Mentalreisen kannst Du entspannen,
Dich zentrieren und neue Kraft für den
Alltag schöpfen.**

**Anmeldung erforderlich an:
silvia@jam29.ch | 078 628 68 01**



FunTone
45 SECONDS - BE READY



4STREETZ



Die JAM 29 AEROBIC FACTORY hat das vielseitigste Group-Fitness-Programm in der Region. Das Trainingsprogramm ist auf die individuellen Bedürfnisse der Kunden zugeschnitten. Dabei bietet JAM 29 Aerobic für Anfänger, Fortgeschrittene sowie für Kids und Teenies genauso wie Personal Training.

Das JAM 29 – Team wünscht Dir viel Spass!