

# TRX Express

TRX-Training ist ein funktionelles Ganzkörpertraining:  
Mit Hilfe von labilen Schlingen und dem eigenen Körpergewicht wird gezielt die Kraft und Stabilität verbessert.

## Trainingszeiten

Dienstag, 12.10–12.40 Uhr

## Leitung

Sarina Fröhlich, dipl. Physiotherapeutin FH und Sportphysiotherapeutin SPT, TRX-Instruktorin

## Anmeldung

Wir bitten um Ihre Anmeldung an unserem Empfang, per E-Mail oder Telefon.

## Kosten

CHF 210 / 10er-Abonnement

Das Abonnement ist 4 Monate ab der ersten Lektion gültig.

Medbase Zürich Löwenstrasse | Sports Medical Center Zürich | Löwenstrasse 29 | 8001 Zürich

T 044 226 36 36 | F 044 226 36 37 | [zuerich-loewenstrasse@medbase.ch](mailto:zuerich-loewenstrasse@medbase.ch) | [www.medbase.ch](http://www.medbase.ch)

