

Wir sind endlich so weit. Das Studio Unterföhring ist Geschichte, das neue Studio Steinkleeweg München wird immer mehr angenommen und wir haben die erste Schmerzfriewoche in



Baden-Baden erfolgreich hinter uns gebracht. Wir werden euch auf unserer Homepage www.susys-fitness.de in den nächsten Tagen die Erfolgsgeschichten



dazu präsentieren.

MOFIT IN UNTERFÖHRING

Momentan bieten wir Kursstunden im Studio moFit in der Münchner-Straße 87C in Unterföhring

Montags 13 – 14:30 h und Mittwochs 18 – 19:30 h an.

Je nach weiterwachsender Teilnehmerzahl, wird dies entsprechend ausgebaut.

Im Studio München wird sich in den nächsten Wochen einiges ergeben.

Momentan sieht der Stundenplan so aus.



Dienstag 17 oder 18 Uhr und freitags 18 Uhr.

Hier werden wir in den nächsten Tagen 2 Stunden Fayo Skyflow einbauen. Davon eine Kursstunde vorher laufen und anschließend einen Skyflow im Freien. Eine ähnliche Stunde werden wir auch in Unterföhring aufbauen.

Mehr dazu, wenn die Planung steht!

Durch die Schnelligkeit der Zeit und Veränderungen der Planbarkeit, müssen auch wir schnell reagieren können, damit die Rentabilität auch auf unserer Seite gegeben ist.

Dafür wurden die WhatsApp-Gruppen gegründet. Bitte teile mir mit, ob wir dich in diese Gruppen aufnehmen dürfen.

Bitte hier unbedingt darauf achten, dass keine unnötigen Nachrichten verfasst werden. Das Medium dient dazu, dass wir Informationen hinterlassen. Wenn ihr Nachrichten schreiben möchtet, dann bitte an mich!

Für das Studio München gilt für die „MITGLIEDER“, bitte unbedingt anmelden, da hier nur 8 Leute Platz haben.

Dieser Newsletter gilt gleichermaßen für Mitglieder, Kunden und auch Interessenten. Der Verteiler wurde ausdrücklich gewünscht, falls jemand keine Informationen möchte, wird selbstverständlich aus dem Verteiler genommen. Bitte melden!

SCHMERZFRIEWOCHE ENDE JETZT BUCHEN!

Am Samstag 02. und Sonntag 03. Dezember starten wir ein Schmerzfriewochenende. Den genauen Ablauf werden wir in den nächsten Tagen organisieren und auf unserer Homepage mitteilen. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt und wir haben bereits Reservierungen.

SCHMERZFRIEWOCHE IN DER NÄHE VOM GARDASEE

Reservierungen haben wir bereits für unsere Schmerzfriewoche am Gardasee am www.cadeigelsi.it am 27.4.-01.5. Auch hier werden wir genauere Informationen auf unserer Homepage einstellen und einen entsprechenden Flyer drucken. Hier sind bereits 4 Buchungen aus der Schmerzfriewoche in Baden-Baden belegt. Danke hier für das Vertrauen. 6 Plätze sind hier noch frei.



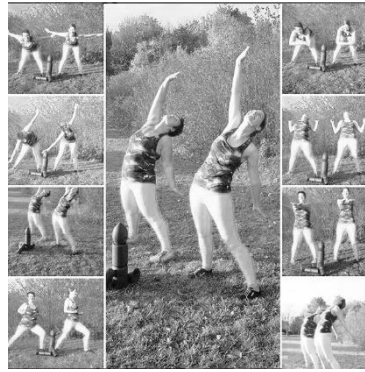
Sehr großen Anklang fand bei unserer Woche in Baden-Baden das ayurvedische Essen von Christine. Es wurde der Wunsch geäußert hier einen Kochkurs mit anzubieten. Das ist auch so ange-dacht. Wir werden nach ge-taner, bewegter Arbeit ge-meinsam mit Christine ko-chen und anschließend es-



sen. Das Mittagessen, ange-dacht ist eine leichte Suppe, werden wir auch am Vor-abend gemeinsam vorberei-ten. Weitere Informationen und Preise findet ihr in den nächsten Tagen auf unserer Homepage.

Es sind weitere Termine in Offenburg geplant. Ende Ja-nuar und in den Osterferien.

FAYO-POPUPFLOW



Ein weiteres Liebscher und Bracht Baby ist geboren. Fayo-PopUp-Flow. Mit mei-ner Kollegin Stephanie Ulrich werden wir dem Geist der Zeit folgen und einen Flow mit Eventcharakter gestalten. An verschiedenen interes-santen Location zu verschie-denen Zeiten, werden wir entsprechend der Location die Stunden verschieden ge-stalten.



Je nachdem wo wir sind, ma-chen wir zuerst einen Earth-flow mit Matte auf dem Bo-den und anschließend die Kräftigung mit dem Skyflow im Stehen. Je nach Wetter-lage, kann diese Stunde auch so aussehen, dass wir vorher eine Strecke laufen und dann einen Skyflow ma-chen. Wer daran interessiert ist, bitte Nachricht, dass wir ihn in unseren WhatsApp-Gruppe Fayo-PopUp-Flow aufnehmen. Darüber und

über Facebook
[https://www.face-book.com/fayopopupflow/](https://www.facebook.com/fayopopupflow/)
werdet ihr aktuell über anste-hende Spontanveranstaltun-gen informiert.

DANKESCHÖN

Ich bin sehr dankbar, dass ich diese Arbeit machen darf und freue mich sehr auf viele weitere spannende Projekte mit tollen Menschen, die be-wegen. Sobald ich von mei-ner Weiterbildung in Schmerztherapie zurück bin, werden alle anstehenden Projekte Gestalt und Form annehmen und auf meiner



Homepage veröffentlicht. Den Newsletter stelle ich dann zusammen, wenn ge-nug neue Information für euch vorhanden ist.

Ich freue mich über Feed-back und gute Gespräche, die uns hoffentlich alle wei-terbringen werden.

Bis dahin verbleibe ich euch bewegt verbunden, eure

Susanne Brütcher