



*..mehr als nur Fitness!*



*Öffnungszeiten*

Montag bis Freitag  
9:00 bis 12:30 Uhr  
15:00 bis 22:00 Uhr

**NEU** Samstag  
12:00 bis 18:00 Uhr

Sonntag  
10:00 bis 16:00 Uhr



*..mehr als nur Fitness!*

Sport-Center Katana GmbH  
Zum Hochkamp 6 • 27404 Zeven  
Telefon 0 42 81 / 64 44  
info@katana-zeven.de  
[www.sportcenter-katana.de](http://www.sportcenter-katana.de)



*Sport für die ganze Familie*

**Fitness und Kurse**

**Kinderbetreuung**

**Sauna und Solarium**





*Sport für die ganze Familie*



Egal ob Jung oder Alt, im Sport-Center Katana haben wir für jede Altersgruppe etwas dabei!

### Unsere Leistungen

- Fitnesstraining
- Muskelaufbau
- Ausdauertraining
- Gewebestraffung
- Rückenmuskulatur stärken
- Kursangebote

Unter Anleitung unserer qualifizierten Trainer wird für Sie ein individuell abgestimmter Trainingsplan erstellt, der es Ihnen ermöglicht, zielorientiert und effektiv zu trainieren.

### Kursangebote

Hier ist für jede Altersgruppe etwas dabei!

- Hot Iron
- Kickboxen
- Rückenschule
- Six Pack Workout
- Zumba
- Spinning
- Tae Bo
- Yoga Moves
- Katana-Do (Kids / Jgdl.)

*Jetzt anrufen und ein kostenloses Probetraining vereinbaren!*

Mehr Infos unter  
[www.sportcenter-katana.de](http://www.sportcenter-katana.de)

*Kinder-  
Betreuung*

Montag, Mittwoch & Freitag

**9:00 bis 12:00 Uhr**

Sie wollen gerne mal wieder in Ruhe zum Sport fahren? Aber wer passt in der Zwischenzeit auf die Kinder auf?

Wir bieten unter Aufsicht einer ausgebildeten Erzieherin, an 3 Tagen in der Woche eine super Kinderbetreuung, mit vielen Möglichkeiten zum Spielen, Toben und Basteln.