



Willkommen in 2021



Unsere Themen für den heutigen Newsletter:

Tschüss 2020 und Willkommen 2021
Auslosung Advents - Fitness - Quiz
1 Trainingseinheit für Zuhause

Ein wahrlich spannendes Jahr 2020 mit vielen bis dato nie dagewesenen aber auch mit einem versöhnlichen Endspurt - es gibt einen Impfstoff gegen Corona - ist zu Ende und mit dem Jahr 2021 haben wir wieder neue Möglichkeiten. Wir wünschen allen unseren Mitgliedern und ihren Familien sowie Freunden einen guten Start ins Neue Jahr und freuen uns auf viele gemeinsame Aktivitäten nach Corona in 2021. Simone hat für Euch ein kurze Videonachricht mit aktuellen Info's zum laufenden Shutdown und der Kompensation für diese Zeit aufgenommen. Schaut doch mal rein:

[Videonachricht von Simone \(einfach hier klicken\)](#)

Bei eventuellen Fragen einfache eine E-Mail an

WirHaltenZusammen@ladyvitalis.info

oder ein kurzer Anruf während unserer Telefonzeiten immer

Montags und Freitags von 10:00 bis 12:00 Uhr
und
Mittwochs von 17:00 bis 19:00 Uhr
unter
Tel. 02051 63346.

Habt Ihr schon die Auslosung des letzten Runde des Advents-Fitness-Quiz gesehen ?

[Auslosung Advents-Fitness-Quiz \(einfach hier klicken\)](#)

Herzlichen Glückwunsch an alle Gewinnerinnen!!

Jetzt haben wir aber genug geschrieben und gelesen, es ist jetzt Zeit für den nächsten Workout. Schaut doch noch mal auf dem Lady Vitalis Kanal auf YouTube -

[Lady Vitalis auf YouTube \(einfach hier klicken\)](#)

Viel Spaß dabei, wünscht Euch das gesamte Team von Lady Vitalis.

Stormstraße 5, 42549 Velbert,
Deutschland
02051 63346

Teilen auf:

Website besuchen