

Mehr Kraft. Mehr Power. Mehr Beweglichkeit. Mehr Fabijan Buntic.

Bunti-Yoga-Stabi-Training - (BYST)

Das Dynamic-Yoga-Workout mit Fabijan Buntic, Profi-Keeper des FC Ingolstadt

Seit Jahren schätzt Fabijan Buntic als Profifußballer die unterstützende Fitnesswirkung durch Yoga-Sessions. Er selbst trainiert bei einem koreanischen Tutor in Nürnberg, der schon mit Serge Gnabry und Kai Havertz gearbeitet hat. Das dort Gelernte möchte Fabijan nun an interessierte Fußballer weitergeben. Das ca. **60 minütige Online-Training** steigert die eigene Fitness und Kraft; fördert Körperspannung und Beweglichkeit. Nicht nur für Keeper, sondern für alle Fußballer wichtig, die noch **mehr** aus sich rausholen wollen.

Bei dem Training sind unter anderem Profis der aktiven Mannschaft des FC Ingolstadt sowie junge Talente aus den NLZs des FCI und den Stuttgarter Kickers mit dabei. Mitmachen kann aber jeder, der sich fit halten oder machen will. Fabijan motiviert die Teilnehmer, das Beste zu geben und macht jede Übung selbst vor.

Wie läuft das Ganze?

Die Termine geben wir euch rechtzeitig per Email bekannt. Ihr dürft diese gerne auch an andere interessierte Fußballer weitergeben!

Wer in den **Email-Verteiler für die regelmäßige Bekanntgabe der BYST-Termine** aufgenommen werden möchte, meldet sich bitte unverbindlich per Email (bunticvertretung@googlemail.com) dafür an. Dann verpasst ihr zukünftig keinen BYST-Termin mehr!

Anmelden kann man sich bis 1 Stunde vor Beginn der Session: Einfach **10 Euro** pro Online-Training **per Paypal** an

bunticvertretung@googlemail.com

schicken und ihr bekommt automatisch einen Zoom-Zugangslink für das Online-Training an die bei Paypal hinterlegte Emailadresse zugeschickt. Dann rechtzeitig zu Trainingsbeginn bei Zoom einloggen und loslegen...

BYST du dabei???

