

„Straffe deinen Körper mit Mühe und Spass.“

Sommerspecial: HOT-STRONG-BODY für Frauen und Männer **25+**

3 Schnupper-Stunden

Donnerstags 18–19 Uhr
19.07. + 26.07. + 02.08.
pro Einheit 2,00 Euro



In dieser Stunde erwartet Euch ein intensives Kraft-Ausdauer-Programm mit funktionellen Bewegungsabläufen, die die Fettverbrennung ankurbeln und sämtliche Muskelketten trainieren. Dieses Workout ist geeignet für alle, die sich gerne auspowern möchten und bereit sind, auch mal an die eigenen Grenzen zu gehen.

Es ist KEINE Anmeldung erforderlich!