Neuer KursNeuer Kurs***Neuer Kurs***Neuer Kurs***

XCO®

Ab Donnerstag, den 07.09.2017

Als effektives Ganzkörpertraining setzt XCO® Training neue Maßstäbe. Erleben Sie dieses straffende Ganzkörpertraining ganz neu. Erleben Sie den XCO® Effekt:

- Total-Body-Workout
- löst Verspannungen
- ideales Fatburning-Training
- wirkt körperstraffend
- beinhaltet eine akustische Trainingskontrolle
- kann individuell nach Leistungsniveau angepasst werden

Der Kurs ist grundsätzlich für Jeden geeignet, wendet sich aber vorrangig an Hobbysportler, die ihre Kraft und ihr Herz-Kreislaufsystem verbessern möchten.

Zum Kurs bitte mitbringen: bequeme Sportkleidung, Handtuch und ein Getränk.

Folgende 6 Termine werden angeboten:

- 07.09.2017
- 14.09.2017
- 21.09.2017
- 28.09.2017
- 05.10.2017
- 12.10.2017

Kosten:

- 23€ für Mitglieder, 33€ für Nichtmitglieder

Donnerstag 18:30 – 19:30 Uhr, Festhalle Sennfeld

Der Kurs wird von Herrn Marco Rieß (XCO®-Trainer) geleitet.

Informationen & Anmeldung:

- Janina Flindt (Janina_Flindt@web.de)
- Das Anmeldeformular ist auf unserer Homepage www.tv-sennfeld.de zu finden. Bitte ausfüllen und bei Frau Christiane Bier in der Raintalstraße 22B, Adelsheim-Sennfeld einwerfen. Oder ausgefüllt per E-Mail an: Finanzen@tv-sennfeld.de.