



Bauch-Beine-Po

Ab Donnerstag, den 22.06.2017

Ziel ist es den gesamten Körper zu straffen und zu aktivieren. Durch Training mit dem eigenen Körpergewicht wird nicht nur die Muskulatur gestärkt, sondern auch das Herz-Kreislauf - System trainiert.

Besonders beansprucht werden in diesem Kurs die Bereiche: Bauch, Beine Po.

Folgende 6 Termine werden angeboten:

- 22.06.2017
- 29.06.2017
- 06.07.2017
- 13.07.2017
- 20.07.2017
- 27.07.2017

Kosten:

- 23€ für Mitglieder
- 33€ für Nichtmitglieder

Donnerstags 18:45 – 19:45 Uhr
Festhalle Sennfeld

Der Kurs wird von Carolin Mahler (Übungsleiterin) geleitet.

Informationen & Anmeldung:

Anmeldung bei 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.