

BODY WORKOUT

STEP EINHEITEN, BAUCH BEINE PO, STRETCH & RELAX

auch für Nichtmitglieder

Schwitzen - Abschalten - Fett verbrennen
Effektives Ganzkörpertraining
Training der Muskulatur
Verbesserung der Ausdauer

Wann ?

Dienstags 18:30 - 19:30
Freitags 19:00 - 20:00

Wo ?

in der unteren Halle der Anna-Siemsen-Schule, Am Kleinen Felde, H-Nordstadt

Interesse oder Fragen ?

Petra Horstmann
Andrea Dörina:

0151 / 50379581
0171 / 6766440

bodyworkout@ntv09.de

