



BODY WORKOUT

Schwitzen, Abschalten und Fett verbrennen und dabei auch noch Spaß haben?
Beim Body Workout trainieren wir mit dem eigene Körpergewicht oder mit Zusatzgeräten.
Passende Musik sorgt für den richtigen Rhythmus und abgestimmte
Dehnübungen beenden die Trainingseinheit.

Trainingszeiten

freitags

18 - 19 Uhr

Justus-von-Liebig-Schule
Höfstraße 37, 30163 Hannover

Kontakt

Ansprechpartnerin:

Andrea Döring



bodyworkout@ntv09.de



www.ntv09.de