

NEU



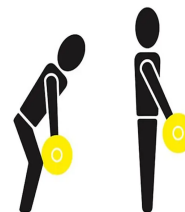
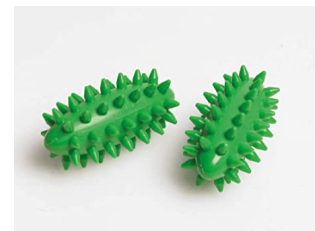
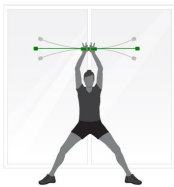
NEU

Hot Metal Fitness Workout

dienstags ab 06.06.2023 10:30 – 11:30 Uhr

in der Mehrzweckhalle

Ganzkörpertraining auch der Tiefenmuskulatur, Flexibar
Tabata-, Hiit-, XCO-, Brasil workout, Intervalltraining
Gehirnjogging, Koordination, Gleichgewicht



**Für alle Mitglieder der Fitness-Abteilung
ohne extra Gebühr, ohne Anmeldung
für jedes Alter, für alle Fitness-Level**