



Gesunde Gemeinde

Fitness Mix

Ganzkörpertraining, Kräftigungsübungen,
Muskelaufbau, Konditionstraining, Tabata, HiIT
Dehnung der beanspruchten Muskulatur

Beginn:

15.04.2024 – 24.06.2024
18:30 Uhr bis 19:30 Uhr
(10er Blocks – lfd. außer Ferienzeiten)

Treffpunkt:

im Turnsaal der MMS Eggelsberg

Kosten:

€ 10,00 / Einheit

Anmeldung unter:

Weissenbacher Betty
(Dipl. Fitnesstrainerin)

0664/14 29 601
betty.brandstaetter@gmail.com