Group Fitness

Body Toning & Functional Training
Abteilung Turnen, SV Stafflangen

Du willst dich einmal die Woche auspowern?
Du machst gerne Sport in der Gruppe?
Du hast Lust auf ein vielseitiges Training?
- Dann komm zum Group Fitness beim SVS!

Wann?	ab 20.03.24 mittwochs, 19.10 Uhr – 20.15 Uhr 10er-Block
Wo?	Sporthalle Stafflangen
Was?	Vielseitige Kombination aus Kraftaufbautraining, Cardiotraining und functional training mit Nutzung von Kleingeräten
Wer?	Für alle! Wähle dir dein eigenes Level der Übung und bestimme die Intensität selbst.
Kosten?	25€ für Vereinsmitglieder 45€ für Nicht-Mitglieder
Mit?	Lea, Group-Fitness Trainerin (01638181017) Melde dich direkt bei mir an ☺

ich freu mich drauf!