



Los geht's

Bodyworkout



Ganzkörperkräftigung, bei dem auch das Herz-Kreislauftraining nicht zu kurz kommt!

mit

Doris Weinstabl

Diplom als Aerobic - Trainer

<u>Veranstaltungsort:</u>	Turnsaal Windigsteig
<u>Kursdauer:</u>	15.02.2018 bis 12.04.2018 (außer 29.03.) 8 Einheiten jeden Donnerstag
<u>Uhrzeit:</u>	18.30 – 19.30 Uhr
<u>Kosten:</u>	€40,- für alle 8 Veranstaltungen
<u>Höchstteilnehmerzahl:</u>	15 Personen
<u>Anmeldung:</u>	0664/42 46 848
<u>Mitzubringen sind:</u>	Gymnastikunterlage Handtuch, Turnschuhe Trinkflasche