

Kursspecials im Juni

Pfingstmontag, 10.06.2019

10:00 – 11:00 Uhr Zumba Strong mit Romana

11:15 – 12:15 Uhr Spinning mit Sandra

Fronleichnam, Donnerstag, 20.06.2019

10 – 11:15 Uhr

Bosu Training mit Alex*

11:30 – 12:30 Uhr

Tabata meets Blackroll mit Heike



- Tabata sowie Zumba Strong sind hoch intensive Trainingseinheiten bei welchen kurze Belastungsphasen und Pausen im Wechsel trainiert werden
- *Bosu Bälle können am Empfang reserviert werden