



Bauch, Bein, Po

Bauch, Beine, Po – rundum fit ab dem 17. April 2023

Wir trainieren gemeinsam an einem straffen Körper. Kräftigende Übungen für die Körperregionen Bauch, Beine und Po sowie stoffwechselanregende Ausdauereinheiten. Wir arbeiten gemeinsam für rundum mehr Wohlbefinden. Der Kurs richtet sich an alle, die ihre Körpermitte stärken und straffen wollen.

- Mitbringen:** Matte, Sportkleidung, Getränk
- Kursleiterin:** Anna Rheinboldt
- Wann:** montags, 18:00 bis 19:00 Uhr
- Dauer:** 1h
- Einheiten:** 10
- Wo:** TSG Center, Parkstraße 5/1, Wiesloch
- Kursgebühr:** kostenlos für Mitglieder
70 Euro für Nicht-Mitglieder



Anmeldung:

bis Mittwoch, 12.04.2023
unter
www.tsg-wiesloch.org/Kursangebote