

! Regelmäßige 10 Stunden - Kurse → Jetzt anmelden!

Bodyforming - Fitmix

Fit und straff an den richtigen Stellen.
Jeder kann etwas dafür tun!

Abwechslungsreiche Übungen und einen Mix aus Bewegung und BBP (Bauch-Beine-Po) verbessern Körpergefühl, Beweglichkeit und Körperhaltung in jedem Alter.

Den Alltagsstress vergessen, fit und attraktiv sein!

Ein flacher Bauch, ein knackiger Po und straffe Oberschenkel. Mit gezielten Methoden und regelmäßigem Training bleibt das nicht länger ein Wunsch..

Weiterhin zum Sonderpreis!

Ausreichende Beteiligung vorausgesetzt, zahlen Nichtmitglieder für den vorerst 10-Stündigen Kurs lediglich EUR 28,- (also nur EUR 2,80 pro Stunde) Mitglieder sogar nur EUR 15,- (=EUR 1,50 pro Stunde). In der Kursgebühr ist nunmehr für alle Teilnehmer auch eine Unfall- und Haftpflichtversicherung enthalten.

Interessierte wenden sich bitte an Katja Lauterbach unter Tel. 02680-8069.

Wir freuen uns auf alle aus Nah und Fern!

Speziell auch für Neueinsteiger geeignet

