



NEU-NEU-NEU-NEU-NEU



Intervall-Training (Tabata)

Starttermin: 23.09.2021 um 18.30Uhr

im Vereinsheim am Sportplatz



- Kraft/Ausdauerübungen werden in hoher Intensität ausgeführt
- es ist ein kurzes, sehr intensives Training
- perfekt geeignet, um die eigenen Grenzen auszutesten und das Fitnesslevel zu steigern
- abgerundet wird die Stunde mit einem intensiven Bauchtraining

Eine Anmeldung ist erforderlich!

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

(Eine Teilnahme ist nur nach der aktuellen 3G Regelung möglich.)

Anmeldungen sind ab sofort möglich unter
bodystyling@1fcbreilingen.de