Fit am Morgen

Trainer/in: Astrid

Beschreibung: Bei diesem abwechslungsreichem Programm wird der ganze Körper, vor allem Po-Bauch-Beine sanft geformt und gestrafft. Die Haltemuskulatur wird gekräftigt und der ganze Körper gedehnt. Schulung der Körperbalance, Körperspannung und der Koordination. Unabhängig von Alter und Fitnesslevel.

Zeiten:

Montags	9.00 – 10.00 Uhr
Montags	10.00 – 11.00 Uhr

Ort: WSV sportwelt, Haslacher Straße 27, 85625 Glonn

Kursgebühr: **Für TOP-FIT-Mitglieder ist dieser Kurs im Vertrag inklusive!**

WSV-Mitglieder/Erw.	10er-Karte 69 €
Nichtmitglieder/Erw.	10er-Karte 99 €

Bezahlung: Barzahlung oder Überweisung

Anmeldung: Einstieg jederzeit möglich, sofern noch Plätze frei sind
Anmeldung/Infos unter Tel. 08093/2222

Stand: 8.3.2016