

Jumping Fitness mit dem Trampolin zum Traumkörper

Trainerin: Nicole Richter

Dienstags 18.00 – 19.00 Uhr

in der Turnhalle der Grundschule Süd-West

Das perfekte Ganz-Körper-Workout!

Perfektes Training für Alle die, die Muskeln schonend aufbauen und dabei noch etwas abnehmen wollen. Beim Jumping-Fitness werden bis zu 400 Muskeln angesprochen. Durch die tolle Kombination von Ausdauer und Muskelaufbau wird Dein Stoffwechsel in einen Turbo verwandelt und die Fettverbrennung angekurbelt. Toller Nebeneffekt – straffere Haut und bessere Durchblutung der Zellen.

Kosten für ASV-Mitglieder: 59 € (10er Karte)

Kosten für Nicht-Mitglieder: 79 € (10er Karte)



Anmeldung / Rückfragen

Geschäftsstelle ASV

03464-341578

info@asv-sangerhausen.de