

Angebot

Fit in den Sommer

Rahmen & Dauer:	10 x Mi, 25.04. bis 11.07.18 (außer Pfingstferien)
Uhrzeit:	17:00 - 18:00 Uhr
Ort/Raum:	Theresienklinik, Gymnastikraum (am Empfang links durch die Glastür, die Treppe runter, dann rechts ein paar Stufen runter direkt zum Gymnastikraum)
Trainerin:	Petra Madlener, B-Lizenz Trainerin BSA-Akademie
Gebühr:	77,00 Euro inkl. MwSt.

Beschreibung:

Bei Musik und Rhythmus macht das Training Spaß.

Für Abwechslung sorgen Kleingeräte wie Pezziball, Redondoball oder Thera-Band etc. Jede Stunde klingt mit Entspannungsübungen aus.

Das Training eignet sich für alle Altersklassen, jeden Trainingszustand und alle, die ihren Körper wieder positiv wahrnehmen möchten. Es werden keine besonderen Kenntnisse vorausgesetzt.