

Outdoor Functional Fitness



Dein Körper ist das beste Trainingsgerät

Abwechslungreiche Workouts aufgebaut auf Basisübung in Kombination mit intensiven Intervallen (HIIT).

Für Anfänger wie Fortgeschrittene, da die Intensität selbst gesteuert werden kann.

Wann: jeden Montag von 8. April bis 27. Mai 2024 (ausgenommen Feiertage)
17.30 Uhr, Dauer: 50 - 60 Min.

Wo: Sportplatz Etzen

Trainerin: Fuchs Cornelia, staatl. geprüfte Instruktoren für gesundheitsorientiertes und präventives Training

Mitbringen: Matte, Theraband (wenn vorhanden)

Kosten: 7er-Block € 35,-
oder je Training € 6,-

powered by

GESUNDES
GROSS GERUNGS



Von jedem
gekauften 7er-
Block übernimmt die
Gesunde Gemeinde Groß
Gerungs € 10,- für Sie!
Effektive Kosten für Sie also
nur € 25,-

Veranstalter: USC Etzen, Kontakt: Hofbauer Claudia 0664 / 977 61 92
Trainerin: Cornelia Fuchs 0664 / 787 66 71

