



Machen Sie sich fit!

Outdoor Fitnessstraining

Wann: Dienstag 1 Trainingseinheit
Uhrzeit: 19:00 - 20:30 Uhr

Termine:

11.07.2017

Ort: Am Sportplatz 2, 55270 Ober-Olm
Kosten: 25,00 Euro inkl. MwSt.
Anmeldung: bitte per Mail vorab!



kontakt@carolin-hingst.de
www.carolin-hingst.de

Machen Sie sich fit!



- Übungen mit dem eigenen Körpergewicht, der Langhantel-Stange und kleinen Trainingsgeräten
- Optimales Ganzkörper-Kraftausdauertraining
- Zum Ausgleich muskulärer Dysbalancen und für den Muskelaufbau
- "Core Training" für die Bauch- & Rumpfmuskulatur



Termine und telefonische Beratung unter
Tel: 0177 - 78 56 103

Weitere Kurse & Workshops finden Sie auf meiner Website