



Machen Sie sich fit!

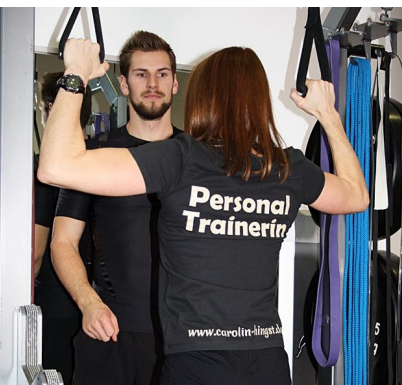
Gesundheits- & Fitnessstraining

Wann: Freitags 1 Trainingseinheit
Uhrzeit: 18:45 - 20:00 Uhr

Termin:

06.04.2018

Ort: Nikolaus-Otto-Straße 8, 55129 Mainz
Kosten: 25,00 Euro inkl. MwSt.
Anmeldung: bitte per Mail vorab!
Bezahlung: bar vor Ort



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

Machen Sie sich fit!



- Ganzkörper-Kräftigungsübungen
- Stärkung des Herzkreislauf-Systems
- Ausgleich muskulärer Dysbalancen
- Aktivierung der Rumpfmuskulatur
- Stabilisationsübungen für den Rücken



Für Einsteiger

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

Weitere Kurse & Workshops finden Sie auf meiner Website